Agradecimentos

À minha orientadora de Estágio, Ana Paula Carvalho, pela disponibilidade, pela partilha de saber, pelas orientações, pelos conselhos, pela oportunidade de assumir a leccionação por inteiro, e, especialmente pela simplicidade com que sempre me tratou encarando-me como colega de profissão e que tornou esta experiência muito enriquecedora do ponto de vista profissional e pessoal;

Aos restantes Professores especialmente aos de Educação Física, Professora Fernanda Delgado; Professora Carmelinda Vieira e Professor Armando Riscado, pela partilha de conhecimentos e experiências; pelos conselhos, pelo apoio e inteira disponibilidade e pela boa disposição com que sempre me trataram;

A todo o pessoal não docente pela disponibilidade; pela boa disposição e por criarem um ambiente tão familiar e descontraído mantendo todo o profissionalismo;

A toda a comunidade escolar que me acolheu e proporcionou tão agradável experiência;

A todos aqueles que contribuíram de forma directa ou indirecta para que este ano tenha decorrido da forma maravilhosa como decorreu;

Índice

INDICE

Agradecimentos 1
Introdução 3
Definição de objectivos 3
a) Estagiário 3
b) Escola 5
Metodologias 6
Amostra 6
Planeamento 9
Longo Prazo 10
Médio prazo 11
Curto Prazo 12
Recursos Humanos 14
Recursos Materiais 14
Dificuldades sentidas 16
Aspectos positivos 16
Aspectos Negativos 17
Outras actividades 18
Conclusão 19
Recomendações 20
Bibliografia 21
Anexos 22

Introdução

No seguimento do final da minha formação académica surge este estágio, que reflecte o culminar do ciclo de mestrado. Apesar da formação de 6 anos que tinha até chegar a este processo, só nesta etapa pude ter contacto directo com a profissão que anseio um dia vir a exercer. Tive a oportunidade este ano de perceber as principais dificuldades de um docente, mas também de sentir o prazer da actividade docente e de lidar com todo o tipo de situações que advêm da mesma.

Tive a oportunidade de lidar não só com os alunos percebendo os seus processos de adaptação, mas também de lidar com outros professores; auxiliares de acção educativa; pessoal administrativo e todo o tipo de funcionários, o que enriqueceu a experiência e a tornou mais completa.

Este estágio permitiu-me colmatar a falta de experiência e de prática, e com isso um ganho enorme de conhecimentos e competências ao nível da prática pedagógica que penso serem fundamentais para a prática docente.

O estágio iniciou dia 2 de Setembro quando conhecemos a nossa orientadora de estágio, Professora Ana Paula Carvalho, os espaços da escola, funcionários e pessoal administrativo.

Este documento relata a minha vivência e nele vou tentar abordar determinados pontos que considero de maior importância.

Definição de objectivos

a) Estagiário

No início ainda não sabia bem o que esperar de uma situação de estágio, tinha apenas a certeza de que seria uma fase crucial para completar a minha formação académica e valorizar os meus conhecimentos e valências, neste contexto, as minhas principais expectativas em relação a este estágio eram:

- Utilizar todos os conhecimentos adquiridos ao longo da minha formação académica em prol da comunidade escolar;

- Desempenhar a função de docente em todas as suas valências: planear; intervir; instruir; avaliar; ter contacto com os alunos; resolver os seus problemas; prescrever exercícios etc.;
- Aprender com os restantes professores e professores estagiários, observando as suas acções e absorvendo os seus conselhos;
- Participar nas restantes actividades docentes, como sendo as mais diversas reuniões até aos convívios nos diferentes espaços da escola;

Terminada esta experiência posso afirmar que as minhas expectativas foram largamente superadas.

Do ponto de vista académico profissional a escola dispunha de todas as condições ao nível material; humano e de organização para o desempenho de um trabalho de qualidade que penso ter sido desenvolvido. Possibilitou-me por em prática os conhecimentos teóricos aprendidos durante a restante formação académica. Permitiu-me aprender com os restantes professores e com a diversidade de situações que tive de experimentar e resolver.

A participação e organização das mais diversas actividades permitiu-me percepcionar determinados detalhes que me permitiram ser capaz no futuro de prever e controlar melhor determinado tipo de situações.

Ao nível da leccionação foi-me possível transmitir os meus conhecimentos mas também me possibilitou aprender e evoluir enquanto docente. Permitiu-me perceber melhor as atitudes dos alunos, e adaptar as minhas estratégias de ensino aos mesmos. O grupo de alunos colocou problemas diversos e distintos o que enriqueceu ainda mais a experiência. A possibilidade de orientar todas as aulas de 4 turmas numa semana possibilitou-me ter uma percepção diferente da actividade docente e trabalhar com uma diversidade ainda maior de alunos, cada um com problemas diferentes, alunos de uma turma do PIEF; CEF; 5º ano, 8º ano ou 9º ano têm características diferentes e portanto necessitam de estratégias diferenciadas de intervenção.

As reuniões de professores ajudaram-me a perceber as formas de avaliação, e o funcionamento de muitos processos, nomeadamente no acompanhamento das situações dos alunos, processos esses, invisíveis do lado de fora.

No final penso que a integração na comunidade escolar era já muito boa e que se gerou um clima de amizade mútuo entre professores, alunos e funcionários. Esta situação deixa-me feliz e é o reflexo e a prova de que o processo de estágio teve um bom funcionamento e se desenrolou num ambiente profissional mas também dotado de bom um ambiente.

b) Escola

Os objectivos definidos pela escola para os professores estagiários, e explicitados no documento orientador fornecido pela nossa orientadora de estágio são:

- Cumprir os regulamentos da UBI e as normas de funcionamento do estágio bem como respeitar o funcionamento interno da escola onde realiza o estágio;
- Realizar um relatório da unidade curricular relativa à prática de ensino supervisionada;
- Cumprir os prazos estipulados para concretização das diferentes tarefas da planificação estabelecidas;
- Assegurar que os documentos escritos exponham de forma clara, sucinta e fundamentada o conteúdo a que se reportam;
- Prestar serviço docente na turma que lhe for distribuída: gerir o processo de ensino aprendizagem da turma de que é professor, realizando as funções de planeamento, condução e avaliação do ensino e da aprendizagem;
- Analisar as aulas dos colegas do núcleo de acordo com o plano de Análise do Ensino e elaborar o respectivo relatório;
- Realizar uma análise crítica e participar activamente na apreciação crítica das suas aulas, com o orientador da escola e elaborar o respectivo relatório;
- Participar obrigatoriamente nas actividades de natureza científica e pedagógica realizadas no âmbito do estágio;
- Reunir, semanalmente, com o orientador de Escola e produzir a respectiva acta;
- Permanecer na escola de acordo com o horário estabelecido;
- Planear, realizar e avaliar as actividades de complemento curricular;
- Desenvolver um estudo de um problema pertinente para a escola e para a sua actividade profissional;
- Dinamizar uma sessão científico-pedagógica de apresentação do estudo;

- Realizar uma sessão uma actividade de integração com o meio, envolvendo outros intervenientes para além da comunidade escolar;
- Realizar um estudo de turma;
- Realizar um estudo e análise da documentação regulamentadora da actividade organizacional e pedagógica da escola;
- Planear, realizar e avaliar o acompanhamento da direcção de turma que lhe for distribuída para efeitos de actividade lectiva;
- Produzir, ao longo do ano, um "Dossier de Estágio" contendo os vários relatórios das actividades previstas de forma a retratar toda a actividade produzida e realizando a sua avaliação crítica. Este dossier deve manter-se actualizado na escola e ao dispor dos orientadores.

Metodologias

Amostra

O número total de aluno é de 268. A escola tem os seguintes anos de escolaridade: 5º, 6º, 7º, 8º e 9º anos, e ainda uma turma de PIEF (Programa Integrado de Educação e Formação) e duas de CEF (Cursos de Educação e Formação), um de CEF serviço de mesa e outra de CEF Operador de Pré-impressão.

Ano de Escolaridade	**Nº de turmas**	**Nº de Alunos**	**Ensino Especial**
5º Ano	3	57	3
6ºAno	3	57	4
7ºAno	3	52	3
8º Ano	2	33	1
9º Ano	2	34	3
PIEF	1	12	-
CEF Serviço de Mesa	1	10	-
CEF Operador Pré-impressão	1	13	-
Total	36	268	24

Como já referi a turma que tive a oportunidade de leccionar foi o 8º A. Esta turma era inicialmente constituída por 21 alunos, no entanto uma aluna transferiu-se pelo que a turma passou a ser composta por 20 alunos dos quais 15 são do sexo masculino e 5 do sexo feminino. A média de idades é de 13,15 anos.

É uma turma formada por alunos bastante diferentes em vários aspectos o que possibilitou o treino de várias valências da minha parte. Nesta turma existem alunos com grande potencial mas com pouco interesse para a prática; alunos com menor potencial mas muito esforçados; alunos com pouco potencial e pouco esforçados; alunos muito inteligentes e que conseguem reter informação com relativa facilidade e outros que por um ou outro motivo têm dificuldade em fazê-lo; alunos introvertidos e outros demasiado extrovertidos; enfim uma enorme heterogeneidade que exige uma enorme variedade de abordagens da minha parte, e isto permitiu um treino exigente mas muito recompensador.

A relação gerada com os alunos foi óptima, gerando-se uma relação que foi mais que uma relação professor – aluno, penso que conseguimos estabelecer uma relação de amizade mútua, que me permitiu gerir determinados os comportamentos de forma mais aberta. Esta relação mais próxima não comprometeu o normal desenrolar das aulas e o processo de ensino aprendizagem, tendo na minha opinião até ajudado a desvendar determinados problemas em alguns alunos e a gerir essas situações com maior profundidade pois o diálogo com os alunos era mais aberto e existia uma relação de confiança entre mim e eles que considero muito positiva e difícil de se estabelecer sem comprometer o processo ensino aprendizagem.

Foi um prazer e um privilégio leccionar a disciplina de educação física a esta turma.

Em anexo[1] segue a caracterização da turma.

[1] Anexo 1 – Caracterização da turma.

Planeamento

No inicio do ano foi informado ao grupo de estágio que iríamos assumir total controlo sobre duas turmas, no caso o 8ºA e o 9ºA. Esta notícia foi recebida com enorme agrado pela nossa parte pois era do nosso interesse assumir o maior número de responsabilidades e tarefas usuais de um professor de educação física. A distribuição das turmas ficou ao nosso cargo ficando eu e o professor estagiário Rui Morcela com a turma do 8ºA e os professores estagiários Mário Santos e Ricardo Cunha com a turma do 9ºA.

Cada par planeou em conjunto as unidades didácticas a abordar ao longo dos 3 períodos e quais é que cada um abordaria como nos mostra o quadro seguinte:

	1º Período	2º Período	3º Período
César Silva	**Fitnessgram** **Andebol** **Beisebol**	**Râguebi** **Futsal**	**Voleibol** **Futsal**
Rui Morcela	**Fitnessgram** **Basquetebol** **Atletismo**	**Badminton** **Atletismo** **Ginástica Solo**	**Ginástica Aparelhos** **Ténis**

Quadro 1. – Distribuição das U.D. pelos professores estagiários e por período.

Em anexo[2] estão os relatórios finais efectuados para as unidades didácticas por mim leccionadas nas quais estão incluídos os planeamentos das mesmas.

Este planeamento teve em conta diversos factores entre eles: o planeamento anual da escola que já previa a participação em determinados torneios (basquetebol; atletismo e râguebi por exemplo), pelo que optamos por planear as unidades didácticas para que aquando da participação dos alunos nesses torneios já tivessem abordado essas unidades didácticas. Tivemos a vantagem de ter pelo menos metade do pavilhão sempre à disposição e o espaço exterior, o que facilitou muito este planeamento.

Cada unidade didáctica tinha depois um outro planeamento, distribuindo a forma de abordar os conteúdos numa sequência lógica.

[2] Anexo 2 - Planeamento Unidades Didácticas

Dentro do planeamento da unidade didáctica existiu um outro planeamento, o planeamento de cada unidade de aula.

Penso que os planeamentos responderam de forma muito positiva às exigências. Estes planeamentos foram flexíveis e à medida que iam surgindo entraves à sua implementação (coincidência com outras actividades entretanto definidas; greves etc.), foram sendo moldados consoante as necessidades.

Longo Prazo

Para definirmos o planeamento anual para a disciplina de Educação Física da turma do 8º A tivemos em conta os seguintes critérios:

- Caracterização da turma;

Após uma breve conversa com a nossa orientadora de estágio, obtivemos algumas informações sobre a turma nomeadamente em aspectos como o nível geral da turma e as suas preferências em relação às unidades didácticas. Este foi um aspecto que nos foi importante no planeamento pois permitiu-nos distribuir as unidades didácticas que os alunos mais gostavam pelos diferentes períodos de forma a tornar cada um motivante para os alunos. O nível geral dos alunos e algumas referências mais específicas sobre cada um deixou-nos a ideia de que poderíamos planear algumas unidades didácticas mais complexas e/ou incomuns pois o nível da turma era bom, assim planeamos leccionar Unidades Didácticas como o Beisebol ou o Ténis.

- Plano Anual de Actividades;

Tendo em conta o plano anual de actividades, procuramos que a leccionação das Unidades Didácticas de Atletismo; Tag Rugby e Basquetebol fossem leccionadas antes dos torneios de Mega Sprint; Mega Quilómetro; Mega Salto; Compal Air e Nestum Rugby por exemplo por forma a que os alunos conseguissem adquirir uma série de competências que facilitassem a participação nestes torneios, representando assim melhor a escola.

- Interesse pessoal dos professores estagiários e dos alunos;

As unidades didácticas planeadas foram definidas também tendo em conta os interesses dos alunos e dos professores estagiários. Dadas as excelentes condições para a leccionação e a disponibilidade de material, foi-nos possível abordar unidades

didácticas como o Beisebol e o ténis que foram unidades didácticas que nos despertaram o interesse por serem modalidades que pensamos serem interessantes para os alunos, por serem modalidades pouco difundidas e por serem modalidades pouco abordadas nas escolas. Da parte dos professores estagiários foi um desafio leccionar estas unidades didácticas, o Beisebol por ser uma modalidade sobre a qual tínhamos pouco conhecimento o que exigiu uma preparação inicial mais profunda; o ténis por ser uma modalidade em que se torna difícil adaptar a sua leccionação para um grupo de 20 alunos nos espaços da escola.

- Motivação dos alunos.

Decidimos dividir as modalidades que os alunos mais gostam pelos diferentes períodos. Assim decidimos que as modalidades de basquetebol e Beisebol seriam leccionadas no primeiro período para contrapor com o andebol e o atletismo que à partida seriam modalidades que gostariam menos; no segundo período as modalidades de Badmington, Râguebi e Futsal seriam de maior agrado dos alunos para contrapor novamente com o atletismo e a ginástica de solo; no terceiro e último período o futsal e o ténis iriam ser as modalidades que os alunos mais gostariam relativamente ao voleibol e à ginástica de aparelhos.

Médio prazo

Os planeamentos estão justificados nos relatórios das unidades didácticas em anexo (anexo 2), e variaram de acordo com o nível inicial diagnosticado na primeira aula e de acordo com os objectivos propostos para aquela unidade didáctica. O planeamento da unidade didáctica não foi seguido rigidamente, por exemplo no beisebol o objectivo principal era passar a dinâmica do jogo e as regras do mesmo aos alunos. Para isso planeei inicialmente realizar apenas jogo formal e situações isoladas de treino dos gestos técnicos de batimento recepção e passe. Após a primeira aula percebi que teria de alterar o planeamento e passar a informação sob a forma de jogo reduzido introduzindo as regras ao longo do jogo e trabalhando em grupos mais pequenos em que pudessem realizar mais vezes as tarefas corrigindo eu os erros mas essencialmente isso permitiria que os próprios alunos se corrigissem uns aos outros.

Nos casos das unidades didácticas de andebol; futsal; râguebi os alunos já dominavam minimamente as técnicas fundamentais do jogo pelo que optei por desenvolver objectivos relacionados com aspectos que transcendem o domínio das

técnicas como sendo a ocupação dos espaços e as opções face a determinados problemas. Para isto o planeamento incluiu uma sequência lógica de exercitação dos gestos técnicos como forma de resolução de problemas, situações sem oposição – situações de resolução de problemas com oposição passiva – situações de resolução de problemas com oposição reduzida até chegar a situações de resolução de problemas com oposição forte e no final jogo formal quando possível.

No caso do voleibol, dado que os alunos não dominavam os gestos técnicos que permitissem a resolução de problemas e/ou jogo inicialmente, optei por situações d exercícios em que as principais preocupações seriam o máximo de repetições possíveis dos gestos técnicos básicos como o passe de dedos e a manchete por forma a que os alunos pudessem evoluir até um nível em que fosse possível o jogo.

Assim, todos os planeamentos foram realizados depois de uma primeira abordagem da modalidade na turma numa situação de diagnóstico, onde definia o nível inicial dos alunos e os objectivos que poderiam ser atingidos para aquele grupo de acordo com o programa nacional de educação física.

Curto Prazo

O planeamento de cada aula dependeu da fase de abordagem a cada unidade didáctica, segundo a metodologia que utilizei na abordagem a todas as unidades didácticas e que se baseou numa sequência de procedimentos de diagnóstico – planeamento – prescrição – diagnóstico/controlo.

Esta metodologia permitiu-me avaliar o nível inicial dos alunos, e com os dados obtidos tentar planear os conteúdos a abordar e a sequência lógica da forma de o fazer. No seguimento disto realizei diversas prescrições e em cada uma delas realizava novo diagnóstico/controlo do processo por forma a avaliar não só o nível dos alunos mas também avaliar se o planeamento inicial ainda dava resposta aos problemas do momento.

Penso que esta é a melhor metodologia a utilizar pois permite-nos, quando devidamente aplicada, perceber se os métodos de ensino estarão correctos para a população em questão.

Em termos das metodologias e estratégias aplicadas na aula, estas tiveram como objectivos principais:

- Rentabilizar o tempo de actividade motora da aula;
- Facilitar a instrução tornando-a mais clara e concisa possível;
- Manter uma sequência lógica na progressão dos exercícios não só em termos de aprendizagem mas também ao nível da organização dos exercícios para que os tempos de organização e transição entre exercícios fossem curtos;
- Transmitir os conteúdos planeados de forma cativante para os alunos;
- Ao nível dos planos de aula que estes fossem sintéticos e claros mas que contivessem toda a informação necessária à sua compreensão (o uso de esquemas julgo que facilitou essa tarefa);
- Ser pontual, quer para rentabilizar o já de si pouco tempo de aula como para dar o exemplo aos alunos;
- Ser rigoroso e constante por forma a que os alunos percebessem, aceitassem e cumprissem as regras de funcionamento da aula;
- Motivar os alunos para a aula utilizando para isso estratégias diferenciadas para cada aluno ou grupos de alunos;

Penso que consegui com esta metodologia atingir os objectivos, e os alunos conseguiram também eles aprender os conteúdos.

Na fase inicial de abordagem à unidade didáctica procurava abordar as técnicas básicas da modalidade abordada para perceber o nível inicial dos alunos e realizar o planeamento da unidade didáctica adequando-o a realidade dos alunos. Após a primeira aula, todas as restantes tinham como objectivo principal a exercitação dos objectivos definidos.

Em anexo envio os planos de aula[3] e os relatórios[4] das mesmas.

[3] Anexo 3 - Planos de aula
[4] Anexo 4 – Relatórios de aula

Recursos Humanos

Ao nível dos recursos humanos a escola dispõe de:

Pessoal Não Docente:

Sector	**Número**
- Pessoal administrativo	8
- SASE	2
- Cozinheiras	4
- Guarda – nocturnos	3
Auxiliares da Acção Educativa	
- 2º e 3º Ciclo	10
Total	27

Pessoal Docente:

Departamento	**Número de Docentes**
Línguas	17
Ciências Sociais e Humanas	7
Matemática e Ciências Experimentais	16
Expressões	18
Total	58

Recursos Materiais

Ao nível das infra-estruturas, a Escola Básica do 2º e 3º Ciclo do Teixoso dispõe de:

8 salas de actividades normais.
11 salas de actividades especificas sendo estas:

- 2 Salas de Educação Visual e Tecnológica
- 2 Salas de Artes Visuais
- 1 Sala de Educação Musical
- 4 Salas de Ciências Experimentais
- 1 Laboratório de Matemática
- 1 Sala de Informática

Campo de Jogos

BE/CRE

Sala de Professores

Sala Reuniões

Sala de Directores de Turma

Sala de Funcionários

Conselho Executivo

Secretaria

Gabinete do Ensino Especial

Gabinete de Psicologia

Unidade de Apoio a MultiDeficiência (UAMD)

Polivalente

Refeitório

Bar de Alunos

A escola dispõe de diversos materiais para a leccionação das mais variadas unidades didácticas, foi uma agradável surpresa observar a quantidade e qualidade dos equipamentos da escola. Apesar de ter facilitado o nosso trabalho, tenho a noção de que dificilmente trabalharei sempre em escolas com estas condições, o que poderá dificultar o ensino. O inventário segue em anexo[5].

[5] Anexo 5 – Inventário do material existente na escola

Dificuldades sentidas

As principais dificuldades que senti foram ao nível da transmissão da informação pois tinha imensa dificuldade em fazer-me ouvir dado não consigo colocar bem a voz, assim tive a necessidade de me aproximar em demasia dos alunos. Como sentia dificuldades em passar a informação aos alunos quando estes estavam dispersos e longe de mim por vezes optei por reduzir a informação a toda a turma enquanto estes realizavam os exercícios propostos, indo depois de grupo em grupo dar a informação mais específica. Isto trouxe problemas pois desta forma tinha mais dificuldade em supervisionar todos os alunos no entanto permitia que os alunos colocassem duvidas de forma mais aberta o que me permitia desfazer essas duvidas, algo que no caso de passar a informação a turma toda de uma vez não conseguiria.

Ao nível da leccionação por vezes foi complicado imaginar e inventar exercícios diferentes para motivar os alunos. Esta tarefa era ainda mais difícil para os exercícios de aquecimento nos quais procurei que fossem divertidos e que cumprissem os objectivos desta fase da aula. A partir de determinado momento era difícil criar este tipo de exercícios.

A gestão dos comportamentos dos alunos nem sempre foi fácil dada a minha opção de manter um relacionamento próximo com os mesmos, no entanto apesar das dificuldades penso ter conseguido resolver os problemas com eficácia.

Aspectos positivos

- Leccionar a tempo inteiro: este foi no meu entender um dos aspectos, se não o mais importante dado que me permitiu um enorme ganho de competências; de experiência e de conhecimentos;
- Total responsabilidade por uma turma: este aspecto obrigou-me a planear e gerir uma série de situações, o que me ajudou a evoluir e a ter noção de vários aspectos como sendo a gestão dos comportamentos dos alunos ou o planeamento das aulas e as unidades didácticas;
- Condições óptimas da escola para a leccionação: este é um aspecto muito positivo pois permitiu-nos planear as unidades didácticas praticamente sem ter em conta o material pois este existia em grande abundância. A qualidade e quantidade do material existente permitiu ainda criar outro tipo de exercícios;

- Autonomia nas decisões em relação aos planeamentos e decisões em relação a turma: permitiu-me um ganho de experiência e competências enorme;
- Conhecimentos adquiridos ao nível da profissão de docente.
- Conhecimentos adquiridos ao nível da organização e gestão de actividades com os alunos.
- Conhecimentos adquiridos ao nível da organização de acções de formação.
- Envolvimento da comunidade escolar: permitiu-me aprender a gerir as relações na comunidade escolar, que neste caso particular não houve problemas dado que as pessoas da escola eram todas de trato fácil.
- Semana Total: uma semana em que realizamos toda a leccionação das turmas de um professor, no meu caso tive a oportunidade de leccionar 4 turmas, PIEF; CEF; 9º B e 5º A.

Aspectos Negativos

- Estágio não remunerado;
- Distância da escola, apesar de perceber que no futuro poderemos estar colocados numa escola ainda mais longe, nesta fase da nossa vida é complicada em termos de custos dado ainda o facto de não sermos remunerados.
- A disparidade entre os conhecimentos obtidos ao longo da formação académica e a sua aplicação na escola. Existe um deficit enorme ao nível da prática pedagógica na licenciatura pelo que quando nos deparamos com a realidade da escola, os alunos apresentaram comportamentos com os quais nunca tínhamos lidado. Apesar de ter conseguido resolver os problemas sem grande dificuldade, penso que estas situações deveriam ser analisadas na licenciatura.
- Condições óptimas da escola para a leccionação: apesar de ser positivo que a escola tenha óptimas condições de trabalho, este aspecto facilitou o nosso trabalho e não nos permitiu adaptar-nos a situações em que estas condições não existam.

Outras actividades

No decorrer do ano lectivo participamos em diversas actividades ao nível do desporto escolar; formações e convívios.

Ao nível do desporto escolar participei:

- Actividade de esqui;
- Actividade de trampolim;
- Compal Air fase de escola e regional;
- Compal Air fase regional;
- Mega salto; sprint e quilometro fase de escola e distrital;
- Corta mato escolar fase distrital;
- Jogos diferentes;
- Desporto escolar (diversas actividades desenvolvidas ao longo do ano todas as sextas feiras);

Ao nível de formações participei:

- Acção formação Nestum Rugby;
- Acção de sensibilização Hábitos de Vida Saudável;
- Acção de sensibilização Suporte Básico de Vida;

Participei ainda em diversos convívios dos quais destaco um convívio em Monsanto no qual participaram professores da escola das mais diversas áreas.

A participação nestas actividades permitiu-me uma grande variedade de experiências e um ganho de competências ao nível da organização deste tipo de actividades. Aprendi a gerir os alunos neste tipo de actividades o que é importante para que no futuro em situações semelhantes esteja preparado para dar resposta aos problemas colocados por este tipo de situações.

Em anexo[6] envio os relatórios das diferentes actividades e formações.

[6] Anexo 6 – Relatório das actividades e formações.

Conclusão

Este estágio que agora termina foi uma experiência muito enriquecedora quer do ponto de vista profissional como pessoal. Tive oportunidade de conhecer e trabalhar com excelentes profissionais e pessoas que me ensinaram muita coisa num ambiente profissional mas descontraído e num clima de boa disposição.

Tive oportunidade de aplicar os meus conhecimentos e alargar as minhas competências. Aperfeiçoei a minha prática pedagógica ao mesmo tempo que penso ter contribuído para o crescimento dos alunos com quem tive oportunidade de trabalhar.

As pessoas que partilharam esta experiência comigo ajudaram-me imenso e contribuíram para que o trabalho por mim desenvolvido tenha sido um trabalho rigoroso, sério e de qualidade ao exigirem sempre dedicação total ao desempenho das minhas funções. Foi um trabalho difícil e exigente mas que culminou da melhor forma e com ganhos a todos os níveis da minha parte e espero que também das pessoas com quem vivenciei.

Recomendações

Penso que um estágio profissional deverá sempre seguir os moldes pelos quais este que agora termino. Não concebo um estágio diferente com a obtenção dos mesmos ganhos. A experiência adquirida neste processo é única e os conhecimentos nela obtidos são fundamentais para o desempenho da docência.

O contacto com os pais foi talvez o único aspecto que não desenvolvemos e que poderá ser importante, pelo que poderá ser um aspecto a melhorar em futuras oportunidades.

Na minha opinião a passagem de uma situação totalmente teórica para esta situação de estágio é demasiado brusca pelo que poderiam existir parcerias com as escolas da cidade no sentido dos alunos de licenciatura e/ou os de primeiro ano de mestrado irem orientando alunos das escolas em determinados momentos pontuais ou regulares no sentido de chegarem ao estágio pedagógico com alguma prática.

Bibliografia

- Batista, P. Rêgo, L. Azevedo, A. Em Movimento, Educação Física 7º/8º/9º Anos_3ºCiclo do Ensino Básico**,** 2010, Edições ASA, Rio Tinto.
- Bom, L. Costa, F. Jacinto, J. Cruz, S. Pedreira, M. Rocha, L. Mira, J. Carvalho, L. Programa de Educação Física (Reajustamento), 2001.
- Portal do Agrupamento de Escolas do Teixoso. Acedido a 18/9/2009 e disponível em http://portal.eb23teixoso.rcts.pt/index.php?option=com_content&task=view&id=107&Itemid=183

Anexos

Anexo 1 – Caracterização da Turma

CARACTERIZAÇÃO DA TURMA 8ºA

Número de Alunos

Sexo Feminino	5	**Total**		25 %
Sexo Masculino	15			75 %

Listagem da Turma

Nº	Nome	Idade	Data de Nasc.	Rep.	Anos de retenção	NEE	Escalão	EMRC	Localidade
2	Bruno Mendes	13	23/07/96					Sim	Terlamonte
3	Cristina Fonseca	13	21/02/96				B		Teixoso
4	David Morais	13	15/05/96					Sim	Canhoso

5	David Teixeira	12	17/11/96				B	Sim	Vale Formoso
6	Diogo Sousa	14	29/09/96	Sim	2 (8º /CEF)				Teixoso
7	Guilherme Fortuna	13	19/07/96				B		Teixoso
8	Inês Fonseca	14	14/06/95		(1º Ano)		B		Teixoso
9	João Canário	13	14/03/96						Teixoso
10	João Machado	12	02/10/96				A		Teixoso
11	João Valente	13	27/04/96					Sim	Teixoso
12	Luís Rodrigues	13	12/05/96				B	Sim	Teixoso
13	Marco Silva	13	08/03/96				B		Teixoso
14	Mariana Fonseca	12	01/11/96				B		Teixoso
15	Mário Paulino	14	04/07/95	Sim	8º Ano				Teixoso
16	Miguel Gonçalves	13	06/09/96					Sim	Orjais
17	Nuno Cruz	16	21/07/93		(2º, 3º, 6º)		B		Aldeia do Souto

18	Ricardo Dionísio	13	20/02/96					Sim	Orjais
19	Rita Porfírio	13	01/09/96						Orjais
20	Simão Madaleno	13	18/08/96					Sim	Teixoso
21	Sónia Pais	13	01/06/96				B		Aldeia do Souto

Ministério da Educação

Direcção Regional de Educação Centro
161184 - Agrupamento de Escolas do Teixoso
345350 - Escola Básica do 2º e 3º Ciclos do Teixoso

Ensino Básico - 3º Ciclo

Listagem de fotos - 8º ano, Turma A

1 Andreia

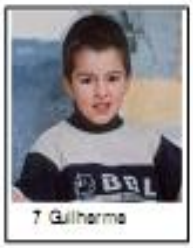
2 Bruno Mendes

3 Cristina Fonseca

4 David Morais

5 David Teixeira

6 Diogo Sousa


7 Guilherme

8 Inês Fonseca

9 João Canário

10 João Machado

11 João Valente

12 Luís Rodrigues

13 Marco Silva

14 Mariana Fonseca

15 Mário Paulino

16 Miguel

17 Nuno Cruz

18 Ricardo Dionísio

19 Rita Porfírio

20 Simão Madaleno

21 Sónia Pais

Composição do Agregado Familiar e Vida Escolar

Nº	Pai			Mãe			Paren-tesco do EE	Nº de Irmãos	Disciplinas		Profissão Desejada
	Idade	Habilit. Escol	Profissão	Idade	Habilit Escol	Profissão			De maior dificuldade	Preferidas	
2	36	6ºano	Operário da Construção Civil	33	9ºano	Auxiliar de Limpeza	Mãe	0	Mat.	L.P./ E.F.	Informático
3	40	6ºano	Electricista	37	6ºano	**Desempregada**	Mãe	1	Hst / Ing./Esp	E.V./ E.T./Atl	Medicina
4	45	12ºano	Técnico P.T.	45	Licen.	Educ. Inf.	Mãe	2	E.F.	Mat.	Cientista
5	34	6ºano	Carpinteiro	35	12ºano	Costureira	Pai	1	Hst.	E.F/C.F.Q/Mat.	Instalador de Computadores/Cozinheiro
6	46	4ºano	Carpinteiro	42	4ºano	Cerzideira	Mãe	2	Mat.	E.F.	Cozinheiro
7	40	6ºano	Operário de	37	12ºano	Empregad de	Mãe	1	L.P.	E.F./Mat.	Jogador de futebol

			Lanifícios			Caixa					
8	42	6ºano	Pedreiro	38	4ºano	Costureira Confecção	Pai	2	Hst.	E.F./E.V./E.T./Atl.	Veterinária/ Prof. Ed. Fís.
9	46	6ºano	Agente Funerário	41	6ºano	Empregad de Limpez	Mãe	1	Ing.	E.F./ A.P.	Cientista
10	40	4ºano	**Desempregad**	40	6ºano	**Desempregada**	Mãe	1	Hst.	E.F./Mat.	Jogador de futebol/Eng. Informático
11	45	12ºano	Bancário	45	Licenc	Professora	Mãe	1	_____	E.F./C.N./ C.F.Q.	Médico-Dentista
12	45	9ºano	Operário da Construção Civil	46	4ºano	Auxiliar de Limpeza	Pai	1	L.P.	Ing./C.F.Q./C.N./Mat/ Geo.	Médico
13	38	6ºano	Manutenção Industrial	36	12ºano	**Desempregada**	Mãe	0	Hst.	E.F./L.P.	Informático
14	54	9ºano	Operador de Máquinas	37	6ºano	Costureira Confecção	Pai	1	Ing./ Hst.	Mat./E.T.	Farmaceutica

15	49	9ºano	Auxiliar de Educação	44	6ºano	**Desempregada**	Mãe	1	Mat.	E.F.	Cozinheiro
16	45	6ºano	Pedreiro	40	5ºano	Costureira	Mãe	0	Mat./Hst.	E.F./L.P.	Veterinário
17	49	9ºano	Tractorista	40	9ºano	Costureira	Mãe	1	L.P.	Música	Músico
18	45	9ºano	Encarregado do Const. Civil	39	10ºano	Ajudante de Corte	Pai	1	L.P.	Geo./ Mat.	Arquitecto
19	42	4ºano	Pintor de automóveis	40	9ºano	Limpeza Hospitalar	Mãe	1	Hst.	Ing./ E.F./L.P.	Médica-Pediatra
20	44	12ºano	Chefe de Movimento	44	Licenc	Enfermeira	Pai	1	_____ __	Mat./ Ing./E.T.	Eng. Mecânico
21	37	6ºano	Bate-Chapas	32	6ºano	Operária de Confecção	Mãe	2	Hst.	Mat.	Psicóloga

Idade dos Alunos

Idade	Masculino	Feminino	Total
12	2	1	3
13	10	3	13
14	2	1	3
15	0	0	0
16	1	0	1
Total	15	5	20

Idade dos Pais (Número / %)

Idades	Pai	Mãe
20-30	0	0
31-40	7 - 35%	14 - 70 %
41-50	12- 60 %	6 - 30 %
51-60	1 - 5 %	0
≥ 61	0	0

Escolaridade dos pais (Número / %)

	Pai	Mãe
< 4º ano	0	0
4º ano	3-15%	3-15%

5º ano	0	1-5%
6º ano	9-45%	6-30%
7º ano		0
8º ano	0	0
9º ano	5-25%	3-15%
10º ano	0	1-5%
11º ano	0	0
12º ano	3-15%	3-15%
Curso médio	0	
Curso superior	0	3-15%

Situação de Emprego dos Pais (Número / %)

	Efectivo (a)	Contratado (a)	Desempregado (a)
Pai	15-75%	4-20%	1-5%
Mãe	13-65%	3-15%	4-20%
Total	28	7	5

Encarregado de Educação

Mãe	14	70%
Pai	6	30%

Outro		%

Residência

	Aluno	**Aluna**
Moradia	11	4
Apartamento	4	1
Não responde		

Quarto só para o aluno?

	Aluno	**Aluna**
Sim	13	4
Não	2	1

Ajudas os teus pais nalguma tarefa?

Se sim, qual?

	Aluno	**Aluna**
Sim	14	4
Não		

Às vezes	1	1

	Aluno	**Aluna**
Nos trabalhos domésticos	13	5
Na agricultura	1	
Carpintaria	1	

Saúde

Ouves bem?

	Aluno	**Aluna**
Sim	15	5
Não		

Vês bem?

	Aluno	**Aluna**
Sim	14	3
Não	1	2

Sofres de alguma doença?

	Aluno	**Aluna**
Sim	1	1
Não	14	4
Não responde		

Alimentação

Costumas tomar o pequeno-almoço?

	Aluno	**Aluna**
Em casa	14	4
Na Escola	1	1
Não responde		

Quantas refeições fazes por dia?

	Aluno	**Aluna**
3	1	1
4	11	2
5	1	2

6	2	0

Distância da Residência à Escola (Km)

Transporte	< 1	1-5	6-10	11-15	16-20	> 21
Pé	9	1				
Automóvel	2	1				
Transporte escolar		2	3	2		

Localidade	Distância em Km	Tempo gasto
Teixoso	< 1	5/15/30 minutos
Teixoso	1-5	30 minutos
Canhoso	1-5	10 minutos
Terlamonte	1-5	10 minutos
Vale Formoso	1-5	45 minutos
Orjais	6-10	20 minutos

Aldeia do Souto	11-15	30 minutos

Ocupação dos tempos livre (Nº)

Ver TV	17	Futebol	7
Computador	15	Ler Livros	6
Ouvir música	14	Colecções	1
Consola	12	Outros	11

Anexo 2 – Relatórios Unidades Didácticas

Relatório Final Unidade Didáctica Andebol

Professor Estagiário César Silva

Introdução:

A Unidade Didáctica (U.D.) de Andebol foi a terceira U.D. leccionada à turma do 8º A. Foram planeadas inicialmente 10 tempos dedicados a esta U.D., no entanto este planeamento foi alterado uma vez que tinha sido planeado iniciar-se a dia 10 de Novembro de forma a iniciar a U.D. numa aula de 90' sendo a aula de dia 6 de Novembro reservada a outra actividade, chegamos à conclusão que não haveria problema em iniciar a U.D. no dia 6 de Novembro, uma aula de 45', alterando por isso o planeamento inicial pelo que a U.D. teve 11 tempos dedicados embora apenas tenham sido leccionados 9 tempos – os tempos do dia 24 de Novembro não foram realizados devido à existência da reunião do Sindicato que impediu que a Professora Ana Paula estivesse presente na aula, pelo que não pode ser realizada a aula.

Para que os alunos tivessem algum contacto prévio com a modalidade e para rentabilizar o tempo de aula, optei por solicitar junto da turma que realizassem um trabalho de grupo escrito sobre as regras da modalidade. O objectivo deste trabalho seria os alunos apreenderem alguns conhecimentos teóricos essencialmente relativamente às regras do jogo desta modalidade. Apenas cerca de metade dos alunos entregou trabalho, e dos alunos que entregaram a maioria fez plágio integral do trabalho. Apesar disto optei por valorizar quem realizou o trabalho e não penalizar o plágio visto que quando questionados os alunos demonstraram ter conhecimento das regras do jogo.

Os objectivos definidos no inicio desta Unidade Didáctica foram a leccionação e consolidação de diferentes técnicas: passe ombro, pulso e picado; recepção; remate em salto e em apoio; drible; posição base defensiva dos defesas e guarda-redes (GR). O conhecimento das regras do jogo por parte do alunos foi também um dos objectivos definidos.

A primeira aula consistiu numa aula de diagnóstico que me permitiu aferir algumas dificuldades dos alunos e ajustar o planeamento à realidade da turma.

As principais dificuldades dos alunos verificaram-se ao nível do drible, pois praticamente todos os alunos se centravam demasiado na bola quando o realizava; no passe onde apesar da bola chegar ao colega, esta descrevia uma trajectória pouco rectilínea e o movimento era pouco eficiente (braço muito perto do tronco; cotovelo muito baixo etc.); senti ainda que os alunos tinham bastantes dificuldades em coordenar alguns movimentos nomeadamente o drible – remate e três passos remate. Assim, nas aulas procurei dar maior primazia a estas situações, tentando coloca-los sempre que possível numa situação tão ecológica e próxima da realidade do jogo quanto possível, para isso privilegiei as situações de 1 X 0 + GR; 2 X 0 + GR; 3 X 1 + GR etc.

Ao longo da Unidade Didáctica e pelo controlo que realizei ia adaptando o planeamento inicial às necessidades da turma e à evolução que esta ia apresentando no decorrer das aulas.

A avaliação desta Unidade Didáctica foi constituída por um trabalho escrito e pelo conjunto das avaliações formativas ao logo de todas as aulas, não se verificando nenhum momento de avaliação sumativa propriamente dita.

Nas aulas surgiram pontualmente problemas ao nível do cumprimento dos horários por parte dos alunos, o que por vezes dificultou e obrigou a uma gestão do tempo de aula e dos exercícios diferente da planeada, no entanto julgo que esta gestão permitiu que não existissem problemas de atraso para as aulas de outras disciplinas.

Objectivos da Unidade Didáctica

Nesta Unidade Didáctica, apesar do programa nacional indicar que devemos no 8º ano privilegiar o domínio da relação com os outros numa série de aspectos tácticos a desenvolver/trabalhar junto dos alunos afim destes adquirirem uma série de competências e comportamentos face a diferentes problemas, optei por – depois da aula de diagnóstico – voltar um pouco atrás dado que percebi que os alunos ainda demonstravam dificuldades ao nível do domínio de si e da bola. Assim, defini como principal objectivo para esta U.D. a aquisição/desenvolvimento do domínio de si e da bola na forma das técnicas individuais de passe ombro, picado e de pulso; remate em apoio e em salto; drible; recepção e finta. As situações tácticas (essencialmente a

desmarcação e a ocupação de espaços) foram contempladas e leccionadas sob a forma de situações reduzidas.

Assim os objectivos a atingir foram:

Domínio de si e da bola:

- Passe picado;
- Passe ombro;
- Passe pulso;
- Recepção;
- Drible;
- Finta;
- Remate em apoio;
- Remate em salto;
- Posição base defensiva defesas e guarda-redes.

Domínio da relação com os outros:

- Desmarcação;
- Ocupação de espaços.

Unidade Didáctica Andebol – 10 de Novembro a 4 Dezembro de 2009					
Aula da U. D. nº	**Data**	**Duração**	**Função Didáctica**	**Estratégias / Forma**	**Conteúdo**
1	6-11-2009	45’	Avaliação diagnóstica.	Jogo do “Assalto ao baú”; Situações de 1 x 1 (Passivo) + GR;	**Técnicas Ofensivas** Passe de ombro; Passe de pulso; Passe picado; Drible; Remate em salto e em apoio; Recepção – remate em salto; Drible – remate em salto; **Técnicas defensivas:** Posição base defensiva;
2 e 3	10-11-2009	90’	Leccionação/ Assimilação Avaliação Formativa	Jogo do “Mata e Dribla”; Situações 2 x 0 + GR; Situações 2 x 1 + GR; Jogo 5 x 4 + GR;	**Técnicas ofensivas:** Passe e recepção em corrida; Passe de ombro; Passe de pulso; Passe picado; Recepção;
4	13-11-2009	45’	(A) Consolidação e Domínio; (B) Leccionação/ Assimilação Avaliação Formativa	Situação 1 – 1 em cooperação; Situação de 1 X 0 + GR;	(A) **Técnicas ofensivas:** Passe e recepção em corrida; Passe de ombro; Passe de pulso; Passe picado; Recepção; (B) **Técnicas ofensivas:** Remate em salto e em apoio; Drible – remate em salto;
5 e 6	17-11-2009	90’	(A) Consolidação e Domínio; Avaliação Formativa	“Apanha e dribla”; Exercícios em Circuito;	(A) **Técnicas ofensivas:** Remate em salto e em apoio; Drible – remate em salto; **Técnicas defensivas:** Posição base defensiva; Posição base defensiva Guarda-redes

7	20-11-2009	45’	(A) Leccionação/ Assimilação (B) Consolidação e Domínio Avaliação Formativa	Jogo “10 passos”; Situação 2 X 1 + GR; Situação 3 X 1 + GR; Situação 1 X 1 + GR;	(A) **Técnicas ofensivas:** Fintas; Desmarcação e ocupação dos espaços; (B) **Técnicas ofensivas:** Passe e recepção em corrida; Passe de ombro; Passe de pulso; Passe picado; Recepção; Drible – remate em salto;
8 e 9	24-11-2009	90’	(B) Consolidação e Domínio Avaliação Formativa	Jogo da “Lagarta Adaptado”; Situação 1 – 1 em cooperação; Situação 4 X 4 + GR; Situação 2 X 2 + GR;	(B) **Técnicas ofensivas:** Passe e recepção em corrida; Passe de ombro; Passe de pulso; Passe picado; Recepção; Drible – remate em salto; **Técnicas defensivas:** Posição base defensiva; Posição base defensiva Guarda-redes
10	27-11-2009	45’	(B) Consolidação e Domínio Avaliação Formativa	Situação 6 X 6 + GR	(B) **Técnicas ofensivas:** Passe e recepção em corrida; Passe de ombro; Passe de pulso; Passe picado; Recepção; Drible – remate em salto; **Técnicas defensivas:** Posição base defensiva; Posição base defensiva Guarda-redes
11	4-12-2009	45’	(B) Consolidação e Domínio Avaliação Formativa	Torneio Andebol GR + 4 X 4 + GR	(B) **Técnicas ofensivas:** Passe e recepção em corrida; Passe de ombro; Passe de pulso; Passe picado; Recepção; Drible – remate em salto; **Técnicas defensivas:** Posição base defensiva; Posição base defensiva Guarda-redes

Planeamento da Unidade Didáctica

Esta Unidade Didáctica iniciou-se no dia 6 de Setembro e terminou no dia 4 de Dezembro, contou com 5 aulas de 45’ e 3 de 90’, no entanto, neste planeamento, a aula número 8 e 9 não foi realizada devido à reunião do sindicato que impediu a Professora Ana Paula estar presente na aula, o que impediu a realização da mesma.

Com este planeamento procurei que os alunos aprendessem e exercitassem os gestos técnicos numa sequência de progressão lógica. Assim, procurei introduzir os gestos de uma forma simples e sem oposição, seguindo-se oposição passiva; activa e posteriormente várias oposições e situações de tomada de decisão mais complexas antes de chegar à forma de jogo formal, onde seria de esperar que já dominassem os conteúdos leccionados até então e os pudessem aplicar em situações de jogo adaptando os diferentes gestos às exigências da situação.

Principais Problemas Diagnosticados:

Drible:

Ao nível do drible, o principal problema diagnosticado foi a relação dos alunos com a bola, pois estes centravam-se em demasia na bola esquecendo a interacção com os colegas e com o objectivo de cada exercício. Assim verificaram-se diversas situações em que os alunos tinham que parar o drible para só depois analisarem o contexto e tomarem decisões.

Para resolver este problema tentei isolar o drible e colocar os alunos a tentarem driblar em situações em que deveriam analisar o contexto e driblar ao mesmo tempo (fugir de um colega enquanto driblavam a bola p.e.).

Coordenação do drible com situações de remate foi outra das situações em que os alunos demonstraram algumas dificuldades.

Para a resolução deste problema optei por prescrever situações de 1 X 0 + GR e 1 X 1 + GR procurando aumentar de forma progressiva a complexidade dos exercícios para que os alunos se fossem adaptando a novas situações à medida que iam evoluindo, e para que os exercícios se mantivessem com uma dificuldade concordante com os níveis apresentados pelos alunos e suas evoluções. Naturalmente alguns alunos estariam mais perto dos seus limites que outros, no entanto penso que na generalidade os exercícios propostos estariam adequados para o nível dos alunos, até porque para alguns alunos existiam regras ou exigências diferentes (numa situação de 1 X 1 + GR alguns alunos a finta era especifica usando os três passos, simulação de remate, drible, três passos, remate outros realizariam apenas os três passos remate p.e.).

Remate/Passe:

Nestes campos os problemas evidenciados pelos alunos reflectiam-se essencialmente ao nível da coordenação dos segmentos, coordenar os passos com o movimento dos membros superiores foi a principal dificuldade dos alunos, além disso existia um problema de força dos membros superiores de alguns alunos, facto que resultava em trajectórias de bola deficientes.

A coordenação dos membros inferiores na relação dos três passos com bola de preparação para o remate ou passe foi também um dos principais problemas identificados.

As prescrições para estes problemas foram integradas na aula sob a forma de exercícios isolados de drible/remate e em situações de treino de coordenação. A realização de várias estações facilitou a leccionação destas situações pois permitiu várias adaptações às diferentes situações numa mesma aula.

Principais Evoluções dos Alunos

A principal evolução que se registou foi ao nível do drible e das coordenações entre os três passos e o passe ou remate; e entre o drible e o remate/passe. Nestes aspectos os alunos deixaram de se centrar tanto na bola no drible e por isso conseguiam coordenar melhor os movimentos seguintes.

No entanto alguns alunos ainda demonstravam grandes dificuldades na realização das técnicas de forma isolada. Ainda assim a grande maioria dos alunos que conseguiam fazer as técnicas de forma isolada, não conseguia realiza-la numa situação de jogo.

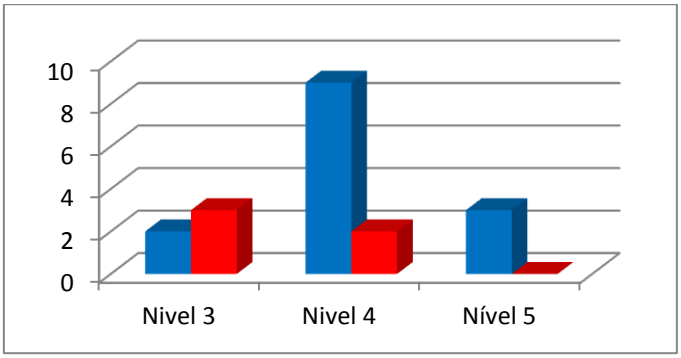
Resultados Finais Obtidos

Nº Aluno	Nome	Passe de ombro	Passe picado	Passe de pulso	Remate em apoio	Remate em suspensão	Drible	Posição base defensiva	Finta	Total %	Nível
2	**Bruno Mendes**	4	4	3	4	4	4	4	4	77,5	**4**
3	**Cristina Fonseca**	4	3	4	3	2	4	3	3	65	**3**
4	**David Morais**	3	3	2	3	2	3	3	3	55	**3**
5	**David Teixeira**	4	4	3	3	3	4	3	3	67,5	**3**
6	**Diogo Sousa**	5	5	4	4	5	5	3	5	90	**5**
7	**Guilherme Fortuna**	5	5	3	4	4	4	3	4	80	**4**
8	**Inês Fonseca**	4	4	3	4	3	4	4	3	72,5	**4**
9	**João Canário**	4	5	3	4	5	4	3	4	80	**4**
10	**João Machado**	5	5	3	4	5	5	4	4	87,5	**4**
11	**João Valente**	5	5	4	5	5	5	4	5	95	**5**
12	**Luís Rodrigues**	4	4	3	3	4	4	3	3	70	**4**

13	**Marco Silva**	5	5	4	4	5	5	4	5	92,5	**5**
14	**Mariana Fonseca**	4	3	2	3	2	4	3	3	60	**3**
15	**Mário Paulino**	5	5	3	4	5	5	4	4	87,5	**5**
16	**Miguel Gonçalves**	4	4	3	4	5	4	4	4	80	**4**
17	**Nuno Cruz**	4	4	3	4	5	4	4	3	77,5	**4**
18	**Ricardo Dionísio**	5	4	3	4	4	4	4	4	80	**4**
19	**Rita Porfírio**	4	4	3	4	3	4	3	3	70	**4**
20	**Simão Madaleno**	5	5	3	4	5	4	4	5	87,5	**4**
21	**Sónia Pais**	4	3	2	3	2	3	3	2	55	**3**

Os resultados obtidos foram globalmente Bons, tendo os alunos ao nível das avaliações psico-motoras um resultado médio de 3,95, tendo cinco alunos obtido a classificação nível 3; onze alunos uma classificação nível 4 e os restantes quatro alunos tiveram classificação nível 5.

Podemos perceber pela análise do gráfico que a maioria dos alunos se situa no nível 4.



Os rapazes obtiveram melhor classificação, registando-se apenas 2 alunos no nível 3, tendo 9 alunos obtido a classificação nível 4 e 4 alunos obtido o nível 5.

Gráfico 1 – Níveis atingidos por Género

Apesar de ao nível psico-motor os alunos Mário Paulino e Diogo Sousa apresentarem resultados muito satisfatórios, atingindo os objectivos propostos, estes deverão no futuro empenhar-se mais nas actividades da aula. Neste aspecto, deverei encontrar estratégias para os motivar para a aula de Educação Física.

No caso do Diogo Sousa essas estratégias deverão centrar-se em criar situações mais desafiantes em que o aluno se aproxime mais dos seus limites.

O aluno Mário Paulino deverá ser integrado melhor na turma, dar-lhe um papel mais activo no desenvolvimento das tarefas como: encarregá-lo de exemplificar os exercícios; dando-lhe tarefas de correcção e ensinamento a outros alunos; etc. Colocá-lo em situações de competição com os outros poderão ser uma das estratégias a utilizar no sentido de motivá-lo.

A aluna Mariana Fonseca atingiu o nível 3, no entanto apresenta uma atitude na aula de pouco empenho. No caso desta aluna, deveremos ter o cuidado de lhe propor exercícios em que ela tenha contacto com o sucesso, pois é uma aluna que facilmente desmotiva quando confrontada com o fracasso, assim as tarefas para esta aluna deverão ser muito básicas progredindo lentamente em termos de complexidade à medida que a aluna for atingindo o sucesso.

A aluna Sónia Pais deverá também ela ser alvo de um cuidado especial quando confrontada com o fracasso, especialmente quando isto acontece em frente da turma. É uma aluna que reage de forma negativa às criticas, pelo que devemos adoptar *feedback's* positivos.

O aluno Simão Madaleno apresenta por vezes comportamentos desviantes, embora estes comportamentos por serem de baixa intensidade, não prejudiquem o normal funcionamento da aula, devemos ter cuidado para que estes comportamentos não aumentem e não contagiem outros alunos, assim e para este aluno deverei dar-lhe um papel de destaque incentivando-o a participar na aula explicando as regras dos jogos e/ou as componentes criticas dos exercícios algo em que o aluno demonstra um conhecimento acima da média.

Avaliação das Estratégias Utilizadas

No sentido de contornar o facto das aulas serem de curta duração, optei por não realizar chamada, percebendo das ausências ao longo da aula, e pela formação dos grupos. Visto não ser a primeira Unidade Didáctica leccionada, já possuía conhecimento da turma suficiente para não necessitar de realizar a chamada para perceber quem faltava.

Dado que já tinha algum conhecimento da turma tive cuidado na formação dos grupos ao juntar alunos com melhores desempenhos com alunos com desempenhos habitualmente inferiores em determinados momentos. Dessa forma os alunos mais evoluídos tinham oportunidade de ajudar os alunos com mais dificuldades. Noutras situações optei por juntar os alunos de forma a que estivessem todos perto dos seus limites.

No inicio da aula existia sempre uma instrução inicial onde eram apresentados os objectivos da aula e as componentes criticas dos gestos técnicos por forma a que os alunos tivessem uma visão global do que se iria passar na aula.

Ao longo da aula o questionamento foi sempre uma opção minha pois isso permitia-me perceber se os alunos estavam a perceber os exercícios propostos; as componentes críticas dos gestos e os conteúdos abordados na aula.

No aquecimento tive a preocupação de tentar criar um jogo que ao mesmo tempo permitisse realizar os gestos técnicos do andebol inseridos num outro jogo em que os alunos tivessem divertidos; estivessem a realizar uma mobilização geral e ao mesmo tempo específica. Desta forma permitiu-me criar um bom clima de aula e predispor os alunos para a prática dos restantes exercícios.

Procurei planificar esta Unidade Didáctica de forma progressiva partindo de exercícios mais básicos para exercícios mais complexos, isto facilitou a aprendizagem dos alunos pois permitiu fragmentar os elementos abordados em situações simples.

Considerações Gerais

Os alunos de forma global apresentaram um comportamento adequado às situações de aula, verificando-se apenas algumas brincadeiras entre eles, que por serem pouco frequentes e de baixa intensidade não prejudicaram o normal funcionamento das aulas.

Por vezes alguns alunos estavam desconcentrados aquando das instruções iniciais e antes dos exercícios, facto que devem melhorar pois prejudica o funcionamento das aulas e a aprendizagem dos mesmos.

Os alunos demonstraram respeitar o professor e os restantes colegas adoptando comportamentos adequados demonstrando um forte espírito de ajuda em diversas situações procurando corrigir-se mutuamente, facto que nem todos aceitaram da mesma forma por terem formas diferentes de reagir às criticas mesmo quando construtivas.

Ao longo da Unidade Didáctica os alunos cumpriram de forma satisfatória os horários estabelecidos.

Não se registaram faltas durante esta Unidade Didáctica, embora os seguintes alunos não tenham realizado a aula nas seguintes datas por diferentes motivos:

Ricardo Dionísio 17/11/2009 (Lesão)

Cristina Fonseca 04/12/2009 (Doença)

Os alunos João Canário e David Teixeira esqueceram-se do material para a aula do dia 4/12/2009, facto que resolveram junto da funcionária e que não os impediu de realizar a aula.

Considerações Finais

De forma global penso que a Unidade Didáctica foi leccionada de acordo com o planeado e os alunos apresentaram um aprendizagem satisfatória tendo sido empenhados e bem comportados apesar de existirem alguns comportamentos desviantes de baixa intensidade e de apresentarem em determinadas situações específicas uma desconcentração que prejudica a sua aprendizagem no geral o desempenho dos alunos foi bastante positiva.

Inicialmente tive algumas dificuldades na forma como passava a informação aos alunos, no entanto julgo que consegui adaptar-me tanto ao nível da linguagem usada como ao nível da quantidade de informação a passar. Senti necessidade de adaptar algumas estratégias para melhorar a comunicação professor – aluno, e penso que no final o resultado foi positivo.

Relatório Final Unidade Didáctica Beisebol

Professor Estagiário César Silva

Introdução:

Optei por esta Unidade Didáctica (U.D.) como actividade alternativa pois é uma modalidade com pouca difusão em Portugal e com a qual não tinha qualquer contacto e sobre a qual tinha alguma curiosidade, pensei que os alunos sentissem a mesma curiosidade que eu e que seria interessante explorar esse aspecto.

A Unidade Didáctica U.D. de Beisebol foi a quarta U.D. leccionada à turma do 8º A e foram planeados 4 tempos dedicados a esta U.D., ela iniciou-se dia 11 de Dezembro e terminaria dia 18 de Dezembro. O último tempo decidi que a aula seria dedicada a uma outra actividade, decidi então deixar à consideração dos alunos a escolha entre duas actividades, Futsal e Voleibol. Assim a U.D. teve apenas 3 tempos, 1 bloco de 45' e um de 90'.

Principais Objectivos para esta U.D.

Como principal objectivo para esta U.D. tinha definido o contacto com a modalidade, não iria ter demasiadas preocupações ao nível das componentes críticas dos gestos, pois pensei ser mais importante os alunos entrarem em contacto com a dinâmica do jogo e que percebessem as principais regras do mesmo.

Isto porque a prognostiquei que os alunos não iriam ter qualquer conhecimento do jogo ao contrário do que aconteceria com as outras U.D. abordadas até ao momento, facto que se verificou pois apenas o aluno Simão Madaleno tinha algum conhecimento das regras do jogo. Pareceu-me importante que os alunos ganhassem esse contacto antes de adquirirem competências no domínio psico-motor associadas a esta modalidade.

Com este planeamento pretendia acima de tudo cumprir com o principal objectivo para esta U.D. – passar a dinâmica do jogo e as regras do mesmo aos alunos. Para isso pensei inicialmente que a melhor forma para atingir esse objectivo seria o jogo formal, no entanto senti imensas dificuldades em transmitir as regras do jogo, por ser demasiada informação e por ter tentado faze-lo com grandes quantidades de informação por forma a minimizar o pouco tempo disponível. Inicialmente tinha planeado realizar apenas jogo

Unidade Didáctica Andebol – 10 de Novembro a 4 Dezembro de 2009					
Aula da U.D. nº	**Data**	**Duração**	**Função Didáctica**	**Estratégias / Forma**	**Conteúdo**
1	11-12-2009	45’	Leccionação/ Assimilação Avaliação Formativa	Situação de Jogo Formal Adaptado Softebol; Situações isoladas de batimento/lançamento.	**Regras e dinâmica do jogo** **Técnicas Ofensivas** Batimento; **Técnicas defensivas:** Lançamento; Recepção; Passe.
2 e 3	14-12-2009	90’	Leccionação/ Assimilação Avaliação Formativa	Situação de jogo reduzido 1 X 3; Jogo Formal;	**Regras e dinâmica do jogo** **Técnicas Ofensivas** Batimento; **Técnicas defensivas:** Lançamento; Recepção; Passe.

formal e situações isoladas de treino dos gestos técnicos de batimento recepção e passe. Após a primeira aula percebi que teria de alterar o planeamento e passar a informação sob a forma de jogo reduzido introduzindo as regras de ao longo do jogo e trabalhando

em grupos mais pequenos em que pudessem realizar mais vezes as tarefas corrigindo eu os erros mas essencialmente isso permitiria que os próprios alunos se corrigissem uns aos outros.

Acabada a U.D. a melhor forma de passar a informação teria sido leccionar primeiro o jogo reduzido e só depois o jogo formal, assim penso que se tivesse invertido a ordem das aulas leccionadas poderia ter obtido melhor rendimento da U.D.

Principais Problemas Diagnosticados:

Os principais problemas diagnosticados verificaram-se ao nível da compreensão do jogo. Mesmo com as situações de jogo reduzidas, a maioria dos alunos teve dificuldade em perceber os objectivos do jogo e a dinâmica do mesmo.

Nº Aluno	Nome	Batimento	Lançamento	Recepção	Deslocamento	Compreensão e Aplicação das Regras	Nível
2	**Bruno Mendes**	4	3	3	4	4	**4**
3	**Cristina Fonseca**	3	3	3	4	4	**3**
4	**David Morais**	3	3	3	3	3	**3**
5	**David Teixeira**	4	4	3	4	3	**4**
6	**Diogo Sousa**	5	5	4	4	4	**4**
7	**Guilherme Fortuna**	5	4	4	4	4	**4**
8	**Inês Fonseca**	4	4	3	4	4	**4**
9	**João Canário**	4	4	4	4	4	**4**
10	**João Machado**	5	4	3	4	4	**4**
11	**João Valente**	5	5	4	4	4	**4**
12	**Luís Rodrigues**	4	4	3	3	4	**4**
13	**Marco Silva**	4	5	4	4	4	**4**
14	**Mariana Fonseca**	2	3	2	3	3	**3**
15	**Mário Paulino**	5	5	3	4	4	**4**
16	**Miguel Gonçalves**	4	4	3	4	4	**4**

17	**Nuno Cruz**	4	4	3	4	4	**4**
18	**Ricardo Dionísio**	4	4	3	4	4	**4**
19	**Rita Porfírio**	4	4	3	4	3	**4**
20	**Simão Madaleno**	5	4	4	4	5	**4**
21	**Sónia Pais**	3	3	3	3	3	**3**
MÉDIA		**4,05**	**3,95**	**3,25**	**3,8**	**3,8**	**3,8**

No domínio da relação com o meio os alunos tiveram grandes dificuldades em perceber a ocupação dos espaços mais vantajosa, este facto poderá dever-se em grande parte da falta de conhecimento dos objectivos do jogo que impossibilitou a adopção de estratégias essencialmente na primeira aula.

No domínio psico-motor, e ao contrário do que eu tinha conjecturado, foi ao nível da recepção que se verificaram os principais problemas. No batimento alguns alunos apresentaram um nível elevado, contrariamente ao que eu esperava foi nesse domínio que os alunos mais se destacaram, conseguindo a maior parte dos alunos acertar na bola e fazendo-a atingir velocidades elevadas.

Principais Evoluções dos Alunos

Julgo que a principal e talvez a única evolução que se registou foi ao nível da compreensão do jogo, os alunos na segunda aula, e penso eu devido ao jogo reduzido 1 X 3 perceberam alguma da dinâmica do jogo percebendo também algumas das regras, pois a maioria dos alunos quando confrontados novamente com a situação de jogo formal já conseguiram jogar sem que fossem necessárias grandes instruções e correcções ao nível das regras do jogo.

No domínio psico-motor, dado que só foram leccionados 3 tempos penso que não se registaram evoluções significativas neste domínio. Para que se registassem evoluções deveriam ser dedicadas mais aulas para a leccionação desta actividade e dado mais ênfase na instrução e exercitação dos gestos.

Resultados Finais Obtidos

Na globalidade, os alunos atingiram os objectivos propostos. Conseguiram apreender alguns conceitos do jogo; algumas regras e essencialmente a dinâmica do jogo. Julgo que com o tempo investido nesta U.D. os resultados obtidos foram positivos no principal objectivo definido.

Ao nível do domínio psico-motor, os alunos surpreenderam-me pelo nível inicial demonstrado principalmente no batimento. No entanto em termos evolutivos pouco ou nada houve a registar, muito por culpa do pouco tempo investido na leccionação dos mesmos.

Avaliação das Estratégias Utilizadas/Propostas de Alteração

Optei inicialmente pelo jogo formal como forma de passar a dinâmica; organização e regras do jogo. Esta estratégia revelou-se ineficaz pois não consegui transmitir de forma eficaz e eficiente as ideias que gostaria e pensei conseguir transmitir.

Na segunda aula pensei em mudar a estratégia tentando desmembrar os conteúdos por forma a simplificar e reduzir a informação a passar, tentando de forma progressiva introduzir novos conceitos. Esta estratégia revelou-se muito mais eficiente e eficaz que a primeira, pelo que se voltasse a leccionar esta U.D. optaria por esta estratégia primeiro e só numa fase seguinte introduziria o jogo formal. Isto porque dada a especificidade da modalidade e o facto de poucos alunos terem tido contacto seria necessário introduzir a modalidade de forma progressiva introduzindo pequenos aspectos do jogo de forma gradual.

Uma das estratégia usadas foi a utilização das bolas de andebol por serem de maiores dimensões, o que facilitaria o batimento, algo que vim a verificar não ser necessário pois os alunos conseguiam realizar o batimento com bolas mais pequenas. No entanto a massa destas bolas era demasiado elevada para a resistência dos tacos, o que levou à danificação de um deles por parte de um aluno que conseguia imprimir maior velocidade ao taco.

Considerações Gerais

Os alunos na generalidade apresentaram um comportamento adequado às situações da aula.

Devido à especificidade da modalidade, literalmente parados e sem tarefa durante algum tempo (entre mudanças de batedor; enquanto esperavam o lançamento etc.) nestes espaços de tempo desconcentravam-se e distraiam-se levando a que quando eram solicitados não correspondiam da melhor forma (demoravam muito tempo a iniciar os deslocamentos por exemplo).

Os alunos demonstraram muito interesse no desenvolvimento desta actividade, com especial enfoque no aluno Simão Madaleno que já demonstrava ter conhecimentos sobre a mesma e tentou ajudar vários colegas na compreensão do jogo. Os restantes alunos na sua maioria demonstraram interesse em participar na actividade especialmente nas posições de batedor e lançador.

Não se registaram problemas em termos de comportamento nesta U.D., tendo os alunos na sua grande maioria tentado participar com empenho na realização das tarefas propostas, mesmo quando não conseguiam compreender os objectivos propostos.

Ao longo da Unidade Didáctica os alunos cumpriram de forma satisfatória os horários estabelecidos.

O aluno Nuno Cruz faltou à aula do dia 18 de Dezembro, embora não tenha sido abordado o beisebol julgo ser pertinente esta referência. O aluno Miguel Gonçalves não realizou a aula do dia 11 de Dezembro.

Considerações Finais

No geral, julgo que a leccionação da U.D. foi positiva e os alunos conseguiram apreender o objectivo principal delineado para esta U.D. no entanto, penso que poderia ter obtido melhor rendimento dos alunos se tivesse adoptado outra estratégia, nomeadamente partir do mais simples para o mais complexo em vez de ter iniciado com o jogo formal. Esta situação verificou-se pois pensei que seria capaz de transmitir os conceitos do jogo logo na situação de jogo formal, o que não aconteceu, por falha de comunicação minha ou de compreensão dos alunos.

Relatório Parcial (2º Período) Unidade Didáctica Futsal

Professor Estagiário César Silva

Introdução:

Para a Unidade Didáctica (U.D.) Futsal foram planeados inicialmente 13 tempos, 7 a leccionar no 2º período e 6 a leccionar no 3º período. Neste 2º período foram no entanto leccionados 8 tempos pois tinha sido planeada 1 tempo para outra actividade que optei em conjunto com o Rui por alterar e leccionar Futsal por forma a dar continuidade ao trabalho desenvolvido na mesma.

Os objectivos definidos para esta Unidade Didáctica foram a leccionação e consolidação de diferentes técnicas: passe; recepção; condução; finta; remate. Ao que poderemos juntar determinados comportamentos a adoptar perante determinadas situações, como por exemplo a cobertura defensiva. O conhecimento das principais regras foi também definido como um dos objectivos da U.D.

Optei por utilizar uma metodologia de diagnóstico; prescrição e controlo a exemplo das restantes U.D. Optei por realizar o diagnóstico numa situação tão ecológica quanto possível para aferir do conhecimento dos alunos em relação à modalidade, posteriormente simplifiquei as situações para os níveis que pensei serem desafiantes para a maioria dos alunos tentando estabelecer objectivos secundários para os alunos mais avançados e incentivar e elogiar as pequenas conquistas dos alunos com mais dificuldades.

Objectivos da Unidade Didáctica

Para esta U.D. e depois do diagnóstico realizado, optei por cumprir o estabelecido no programa uma vez que os alunos estavam num nível que pensei ser suficiente para que estes cumprissem os objectivos estabelecidos no programa. Assim, os principais objectivos a atingir seriam o domínio de si e da bola nas situações de passe; recepção; condução; finta; remate. E a adopção de comportamentos de cooperação e de tomada de decisão face a determinados problemas como a compensação.

Domínio de si e da bola:

- Passe;
- Recepção;
- Condução
- Finta;
- Remate;
- Posição base defensiva defesas e guarda-redes.
- **Domínio da relação com os outros:**
- Desmarcação;
- Ocupação de espaços;
- Compensação;
- Cooperação.

Unidade Didáctica Futsal – 12 de Fevereiro a 2 Março de 2010					
Aula da U. D. nº	**Data**	**Duração**	**Função Didáctica**	**Estratégias / Forma**	**Conteúdo**
1	12-2-2010	45’	Avaliação diagnóstica.	Jogo “10 passes””; Jogo GR + 4 X 4 + GR	**Avaliação diagnóstica** Passe; Recepção; Remate; Condução de bola; Finta.
2	19-2-2010	45’	Leccionação/ Assimilação Avaliação Formativa	“Conduz e Rouba” Situações 2 x 1 + GR; Situações 2 x 2 + GR;	**Leccionação/ Assimilação** Passe; Recepção; Remate; Condução de bola; Finta.
3 e 4	23-02-2010	90’	(A) Consolidação e Domínio; (B) Leccionação/ Assimilação Avaliação Formativa	Situação 1 – 1 em cooperação; Situação de 2 X 0 + GR; Situação de 2 X1 + GR; Jogo GR + 4 X 4 + GR	**(A) Consolidação e Domínio;** Passe; Recepção; Remate; Condução de bola; Finta. **Leccionação/ Assimilação** Desmarcação; Posição base defensiva GR.
5	26-2-2010	45’	(A) Consolidação e Domínio; Avaliação Formativa	“Conduz e Rouba” Jogo GR + 4 X 4 + GR Estafetas	**(A) Consolidação e Domínio;** Passe; Recepção; Remate; Condução de bola; Finta. Desmarcação; Posição base defensiva GR.

6 e 7	02-3-2010	90’	(B) Consolidação e Domínio Avaliação Formativa	“Apanha-me se puderes”; Situação 3 X 2 + GR; Situação 5 X 5 c/ 4 balizas pequenas; Jogo GR + 4 X 4 + GR	**(A) Consolidação e Domínio;** Passe; Recepção; Remate; Condução de bola; Finta. Desmarcação; Posição base defensiva GR. **Leccionação/ Assimilação** Cobertura defensiva.
8	05-03-2010	45’	(B) Consolidação e Domínio Avaliação Sumativa	Situação de jogo 3 X 3 e 2 X 2 c/ balizas pequenas;	**(A) Consolidação e Domínio;** Passe; Recepção; Remate; Condução de bola; Finta. Desmarcação;

Planeamento da Unidade Didáctica

Esta U.D. iniciou-se a no dia 12 de Fevereiro e terminou dia 3 de Março de 2010, contou com 4 aulas de 45’ e 2 aulas de 90’.

Nesta U.D. e dado o diagnóstico inicial que revelou que a maioria dos alunos tinham dificuldades no domínio de si e da bola, e quase todos ao nível do posicionamento e tomada de decisão, optei por privilegiar situações que promovessem a exercitação dos gestos de passe; recepção etc. em situações de jogos reduzidos em que tivesse envolvida a tomada de decisão e a resolução de problemas pois julgo ser esta uma estratégia mais complexa para os alunos, principalmente quando ainda têm dificuldades de domínio da bola, mas que promove uma melhor aprendizagem da modalidade. Assim, optei por situações de jogo reduzido de superioridade numérica com e sem oposição (por forma a ir de encontro às diferentes dificuldades entre alunos), progredindo e evoluindo em termos de complexidade até chegar ao jogo formal.

Principais Problemas Diagnosticados:

Os principais problemas diagnosticados, revelaram-se ao nível do domínio de si e da relação com a bola, sendo a ocupação dos espaços e a tomada de decisão um problema associado a praticamente todos os alunos por motivos diferentes.

O problema da tomada de decisão verificou-se a vários níveis: a) alunos não tinham capacidade ao nível do domínio da bola e por isso tomavam más decisões, evitavam receber a bola, optando por dar apenas um toque na bola com a preocupação única de a retirar do seu espaço de acção ou evitavam ser expostos a situações de jogo colocando-se em posições improváveis de receber a bola; b) alunos com capacidade de controlo da bola acima da média tentavam resolver os problemas da equipa, utilizando excessivamente a finta e a condução de bola em detrimento do passe; d) alunos aglomeravam-se em torno da bola.

Para resolver estes problemas optei por propor situações de jogo de superioridade numérica 2 X 1 + GR por exemplo, pois são situações que quando realizadas seguindo determinados princípios (ocupação racional do espaço; cooperação por exemplo) permitem que o problema se resolva com relativa facilidade, demonstrando assim aos alunos as vantagens e desvantagens das suas opções. Uma das estratégias usadas por exemplo foi em jogo formal, permitir inicialmente um jogo anárquico, onde se verificou como esperado que os alunos se posicionassem em torno da bola; que optassem essencialmente pelo drible etc. no seguimento optei por colocar algumas regras e então defini que deveria existir um aluno em cada corredor (campo foi dividido em três corredores – 2 laterais e 1 central.); defini ainda que alguns alunos apenas poderiam dar 3 toques na bola. Esta prescrição permitiu que o jogo os alunos conseguissem resolver com maior facilidade os seus problemas, e ainda que retiradas as regras o jogo voltasse ao mesmo (necessitariam de mais tempo de exercitação naturalmente para adquirirem estes processos), julgo que perceberam que lhes seria vantajoso jogarem daquela forma, e quando questionados conseguiam responder acertadamente.

Principais Evoluções dos Alunos

As principais evoluções dos alunos verificaram-se essencialmente ao nível da tomada de decisão, pois os alunos passaram a decidir melhor e a adequarem melhor as suas acções aos problemas vivenciados, nomeadamente a ocuparem melhor os espaços desfazendo a aglomeração em torno da bola inicial; realizando o passe e a finta de acordo com as necessidades da situação e realizando cobertura com intenção realizando a compensação ao primeiro defesa e marcando igualmente o seu adversário directo.

Ao nível motor, não se registaram grandes evoluções, apenas de registar que alguns alunos passaram a tentar realiza-los em situações de jogo, situação que no inicio não se verificou.

Resultados Finais Obtidos

Nº Aluno	Nome	Passe Parte Lateral Pé	Recepção	Remate	Condução	Finta	Posição base defensiva	Total %	Nível
2	Bruno Mendes	4	4	4	4	3	4	77	**4**
3	Cristina Fonseca	3	3	3	2	2	3	53	**3**
4	David Morais	3	3	2	2	2	2	47	**2**
5	David Teixeira	3	3	4	3	3	4	67	**3**
6	Diogo Sousa	5	5	5	5	5	5	100	**5**
7	Guilherme Fortuna	5	5	5	5	5	4	97	**5**
8	Inês Fonseca	3	3	3	4	4	4	70	**4**
9	João Canário	4	4	4	4	3	4	77	**4**
10	João Machado	5	5	4	4	4	4	87	**4**
11	João Valente	4	4	5	4	4	4	83	**4**
12	Luís Rodrigues	4	4	3	3	3	3	67	**3**
13	Marco Silva	4	4	4	3	3	3	70	**4**
14	Mariana Fonseca	3	3	2	2	2	2	47	**2**
15	Mário Paulino	5	4	5	5	5	4	93	**5**
16	Miguel Gonçalves	3	3	3	3	3	3	60	**3**
17	Nuno Cruz	4	4	3	4	3	4	73	**4**
18	Ricardo Dionísio	4	4	5	4	3	3	77	**4**
19	Rita Porfírio	4	4	4	3	2	4	70	**4**
20	Simão Madaleno	3	3	3	4	2	5	67	**3**
21	Sónia Pais	3	3	2	2	2	2	47	**2**

Os resultados obtidos foram globalmente Bons, tendo os alunos ao nível das avaliações psico-motoras um resultado médio de 3,57, tendo 3 alunos obtido a classificação nível 5; 9 alunos uma classificação nível 4; 5 alunos tiveram classificação nível 3 e 3 alunos com classificação negativa nível 2.

O aluno David Morais não atingiu os objectivos mínimos para esta Unidade Didáctica, a sua classificação deve-se em grande parte à sua falta de empenho, algo que apesar de fazer parte da personalidade do aluno e de não perturbar o funcionamento normal da aula, deverá sofrer uma mudança no sentido de melhorar a sua prestação psico-motora.

O aluno Guilherme Fortuna apesar de ter cumprido os objectivos ao nível psico-motor de forma muito satisfatória apresentou um comportamento inadequado ao contexto da aula, deverá melhorar o seu comportamento adequando-o ao contexto da aula pois apesar do seu empenho na aula ser elevado por vezes extravasa para situações que prejudicam a aula.

As alunas Mariana Fonseca e Sónia Pais não atingiram os objectivos mínimos definidos para esta U.D. O empenho destas alunas foi muito insatisfatório, recusando-se por diversas vezes a participar nas actividades propostas. Esta situação deveu-se na minha opinião ao receio face ao fracasso e por entenderem não serem capazes de realizar as tarefas, pelo que nem tentavam.

Avaliação das Estratégias Utilizadas

Optei na leccionação desta U.D. por usar jogos reduzidos e situações de inferioridade numérica pois após a primeira aula de diagnóstico percebi vários níveis entre os alunos, sendo o nível geral da turma ao nível dos gestos técnicos suficiente para abordar a U.D. de uma forma que permitisse não só exercitar os gestos mas perceber que o jogo vai para além da execução descontextualizada desses mesmos gestos do objectivo do jogo. Assim, procurei exercitar os gestos técnicos numa em situações problema evoluindo a complexidade dos mesmos até chegar ao jogo formal, visto que desta forma todos os alunos estariam envolvidos na tarefa. Penso que desta forma permite que tanto os alunos com mais dificuldade como aqueles com mais facilidade possam envolver-se nas tarefas da aula bastando para isso alterar os grupos e as oposições para que a dificuldade dos exercícios seja adaptada aos diferentes níveis dos alunos.

Para tentar resolver o problema do empenho das alunas Sónia Pais e Mariana Fonseca tentei coloca-las em situações que experimentassem pequenos sucessos em situações semelhantes às dos restantes colegas, no entanto com oposição mais passiva no sentido delas poderem sentir que são capazes de realizar as tarefas sem sentirem que estariam a ter sucesso numa situação mais fácil que os colegas pois isso invalidava os efeitos pretendidos e que seriam dar confiança às alunas.

Considerações Gerais

Os alunos de forma global apresentaram um comportamento adequado às situações de aula, verificando-se apenas algumas brincadeiras entre eles que não prejudicaram o normal funcionamento das aulas. Existiram alguns problemas relativamente ao empenho de alguns alunos como já referido anteriormente no entanto de forma geral os alunos empenharam-se nos exercícios propostos.

Ao longo da Unidade Didáctica os horários estabelecidos foram sempre cumpridos, existindo uma aula em que esta se prolongou por sugestão dos alunos e sem prejuízo para a aula seguinte.

O planeamento foi cumprido e não se registaram faltas por parte dos alunos.

Considerações Finais

No geral a leccionação da U.D. correu bem e conforme planeada, a grande maioria dos alunos tiveram aproveitamento satisfatório, apresentaram um comportamento globalmente bom e o empenharam-se nas actividades propostas (exceptuando-se os casos já mencionados).

A leccionação da U.D. será retomada no 3º períodos dando seguimento ao planeamento realizado.

Relatório Final Unidade Didáctica Râguebi

Professor Estagiário César Silva

Introdução:

Para a Unidade Didáctica (U.D.) de Râguebi foram planeados 8 tempos, no entanto apenas foram leccionados 7 pois a aula do dia 05 de Fevereiro de 2010 não foi realizada em virtude da escola não reunir as condições mínimas de segurança devido a uma greve por parte dos funcionários.

Os objectivos definidos para esta U.D. foram a leccionação das diferentes técnicas: passe lateral; recepção; progressão com bola; finta; TAG. A adopção de comportamentos na posse de bola; quando outro elemento da equipa tem a bola; e quando não tem a posse de bola. Conhecer o objectivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico-tácticas e as regras do jogo, adequando a sua actuação a esse conhecimento quer como jogador quer como árbitro foram outros objectivos definidos.

Quanto à metodologia usada optei pela realização de um diagnóstico; prescrição e controlo.

O diagnóstico desta U.D. optei por realiza-lo numa situação um pouco desfasada do jogo para evitar a oposição e condicionar alguns comportamentos uma vez que esperaria que em situação de jogo os alunos procurassem em demasia as situações de resolução individual dos problemas do jogo, dificultando o diagnóstico das situações de passe e recepção.

As competências a desenvolver seriam então:

Domínio Sócio Afectivo

"Coopera com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo, procurando escolher as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos companheiros.

Aceita as decisões da arbitragem, trata os colegas e adversários com igual cordialidade e respeito, evitando acções que, infringindo o espírito ou letra das leis do jogo, ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo."

Programa Nacional de Educação Física do Ensino Básico 3º Ciclo, Novembro de 2001

Domínio Cognitivo

Conhece o objectivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico-tácticas e as regras do jogo, adequando a sua actuação a esse conhecimento quer como jogador quer como árbitro.

Programa Nacional de Educação Física do Ensino Básico 3º Ciclo, Novembro de 2001

Conhece as principais regras do jogo e consegue aplica-las numa situação de jogo: inicio e recomeço do jogo; formas de pontuar (ensaio, conversão, pontapé de ressalto, pontapé de penalidade); principais faltas (bola passada à frente; bola fora; fora de jogo; placagem sem bola e alta; *knock on*); lateral; *ruck e* formação ordenada.

Domínio Psicomotor

<u>Na posse da bola:</u>

Avança no terreno, quando dispõe de espaço sem oposição, e procura finalizar se tem condições favoráveis para o fazer.

Passa oportunamente a um companheiro em melhor posição (que disponha de espaço, sem oposição, para avançar), quando não tem condições para avançar no terreno.

<u>Quando não tem bola, mas é da equipa que a possui:</u>

Apoia o portador pelo lado melhor (menor densidade defensiva) ou abre a segunda linha de passe (lado desguarnecido), colocando-se atrás da bola e a uma distância que permita o passe ou progressão do companheiro.

Aproxima-se do portador da bola, quando este perde uma fita de Tag, procurando assegurar a manutenção da posse da bola da sua equipa.

Recoloca-se constantemente em jogo, quando em fora de jogo ou à frente da bola.

Quando da equipa que não tem bola:

Pressiona o jogador com bola, quando se encontra próximo deste, avançando no terreno tentando retirar-lhe a fita de Tag;

Coloca-se próximo da linha da bola, em condições de pressionar os adversários em apoio, procurando interceptar o passe, quando não se encontra em oposição directa ao portador da bola.

Procura colocar-se constantemente em jogo quando em posição de fora de jogo ou à frente da linha da bola.

Realiza com oportunidade e correcção global, em jogo e em exercícios critério, as acções: passe directo (parado e em corrida); recepção; ensaio e fintas.

Adaptado de Programa Nacional de Educação Física do Ensino Básico 3º Ciclo, Novembro de 2001

Domínio das técnicas: Passe Lateral; Recepção; Progressão com bola; Finta; TAG.

Os conteúdos acima definidos ficaram distribuídos da seguinte forma pelas aulas:

Unidade Didáctica Rugby – 26 de Janeiro a 9 Fevereiro de 2009					
Aula da U. D. nº	**Data**	**Duração**	**Função Didáctica**	**Estratégias / Forma**	**Conteúdo**
1 e 2	26-01-2010	90’	Avaliação diagnóstica.	Jogo “5 passes / ensaio” Situação estafetas Situação de jogo 3 X 1 e 3 X 2	**Diagnóstico** Regras: Ensaio; “passa para a frente”; Passe; Recepção; Finta; Passe lateral; Progressão com bola.
3	29-01-2010	45’	Leccionação/ Assimilação Avaliação Formativa	Deslocamentos laterais Jogo Tag Rugby; Estação estafetas e força;	**Técnicas ofensivas:** Deslocamentos laterais; Recepção; Passe lateral; Finta; Progressão com bola;
4 e 5	02-02-2010	90’	Consolidação e Domínio; Avaliação Formativa	Jogo das “Fitas” 3 x 3 verticais estratificados Situação de jogo 7 X 7 Situações de preparação para Ruck/Maul	**Técnicas ofensivas:** Deslocamentos laterais; Recepção; Passe lateral; Finta; Progressão com bola; Ruck; Maul;
6	05-02-2009	45’	Consolidação e Domínio; Avaliação Formativa AULA NÃO REALIZADA	Deslocamentos Laterais e estafetas Jogo Tag Rugby por vagas	(A) **Técnicas ofensivas:** Deslocamentos laterais; Recepção; Passe lateral; Finta; Progressão com bola;
7 e 8	09-02-2010	90’	Consolidação e Domínio Avaliação Formativa	Situação controlada de Ruck/Maul e Lançamento lateral Jogo Tag Rugby por vagas;	**Técnicas ofensivas:** Deslocamentos laterais; Recepção; Passe lateral; Finta; Progressão com bola; Ruck; Maul; Passe Lateral.

Esta U.D. iniciou-se a no dia 26 de Janeiro e terminou dia 9 de Fevereiro de 2010, contou com 1 aula de 45’ e 3 aulas de 90’ devido à greve geral da função pública do dia 05 de Fevereiro de 2010, não houve lugar à aula planeada.

Metodologia e Principais Problemas Diagnosticados:

Na aula de diagnóstico detectei que ao nível das técnicas, alguns alunos não conseguiam realizar o passe fazendo a bola manter uma trajectória rectilínea o que dificulta a recepção por parte dos restantes colegas, as recepções especialmente em deslocamento foram outro dos problemas detectados. E apesar da grande maioria ter o conhecimento das regras, em situação de jogo alguns não as aplicavam.

Assim, optei por realizar situações de jogo reduzidas em inferioridade numérica defensiva para o treino das técnicas de passe e recepção, evoluindo estas situações em termos de complexidade com o decorrer das aulas como tinha optado para as restantes U.D.

Estas situações de jogo reduzidas permitem que os alunos resolvam facilmente os problemas da situação quando jogam utilizando o passe, mas têm tendência a ser de mais difícil resolução quando tentam resolve-las de forma individual pelo que permitem que os alunos percebam as necessidades de jogo em equipa. A situação de jogo 3 X 3 defesas estratificados permite aos alunos perceber o conceito de cobertura/apoio defensivo por parte dos defesas e a dificuldade de sair de uma finta e iniciar uma outra a seguir pelo que obriga novamente a utilizar o passe e o jogo de equipa e a cooperação com os colegas.

As situações de estafeta permitiram o treino da progressão com bola incentivando-os a proteger a bola com ambas as mãos e perceberem a dificuldade em realizar o passe com o aumento da velocidade.

Para introduzir os conceitos de *maul* e *ruck* optei por usar bolas de pilates por forma a minimizar os riscos provenientes os contactos entre os alunos, e apesar de com esta estratégia se perderem algumas componentes destas situações como as pegas por exemplo penso que será preferível eliminar os contactos prevenindo lesões.

Principais Evoluções dos Alunos

As principais evoluções penso que se verificaram na aplicação das regras pois os alunos começaram a pouco e pouco a conseguirem interiorizarem as regras e a aplica-las em jogo corrigindo-se mutuamente.

Ao nível motor também se registaram evoluções ainda que estas não fossem tão visíveis.

O jogo em cooperação foi também um ponto onde se registaram evoluções dignas de registo uma vez que a maioria dos alunos no inicio era individualista e procurava resolver as situações de jogo por si mesmo e com o desenrolar das aulas foram adoptando comportamentos de cooperação com os colegas tentando em situações de ataque deslocar a equipa adversária, no entanto nem todos os alunos conseguiram atingir este nível.

Resultados Finais Obtidos

		Psicomotor						Cognitivo	Socio afectivo			
Nº	**Nome**	**Passe Lateral**	**Progressão com Bola**	**Recepção**	**Finta**	**TAG**	**Nivel**	**Nivel**	**Nivel**	**Nível Final**	**Nível Final %**	**Nível Final**
2	**Bruno Mendes**	4	4	4	3	4	**3,8**	4	5	**4,02**	**80,4**	**4**
3	**Cristina Fonseca**	3	3	2	3	3	**2,8**	4	5	**3,37**	**67,4**	**3**
4	**David Morais**	3	2	3	2	2	**2,4**	4	3	**2,81**	**56,2**	**3**
5	**David Teixeira**	4	4	4	4	4	**4**	4	5	**4,15**	**83**	**4**
6	**Diogo Sousa**	4	5	5	5	5	**4,8**	4	3	**4,37**	**87,4**	**4**
7	**Guilherme Fortuna**	4	5	4	4	4	**4,2**	4	3	**3,98**	**79,6**	**4**
8	**Inês Fonseca**	4	5	5	5	4	**4,6**	4	5	**4,54**	**90,8**	**5**
9	**João Canário**	4	4	4	4	4	**4**	4	4	**4**	**80**	**4**
10	**João Machado**	4	4	5	4	4	**4,2**	4	5	**4,28**	**85,6**	**4**
11	**João Valente**	5	5	5	4	4	**4,6**	4	5	**4,54**	**90,8**	**5**
12	**Luís Rodrigues**	4	4	4	4	4	**4**	4	5	**4,15**	**83**	**4**
13	**Marco Silva**	4	5	5	4	4	**4,4**	4	5	**4,41**	**88,2**	**4**
14	**Mariana Fonseca**	3	2	2	2	3	**2,4**	3	3	**2,61**	**52,2**	**3**
15	**Mário Paulino**	5	5	5	5	4	**4,8**	4	4	**4,52**	**90,4**	**5**
16	**Miguel Gonçalves**	4	3	4	3	4	**3,6**	4	5	**3,89**	**77,8**	**4**
17	**Nuno Cruz**	4	4	4	4	4	**4**	4	5	**4,15**	**83**	**4**
18	**Ricardo Dionísio**	4	4	4	3	4	**3,8**	4	5	**4,02**	**80,4**	**4**

19	**Rita Porfírio**	4	3	4	3	4	**3,6**	4	5	**3,89**	**77,8**	**4**
20	**Simão Madaleno**	4	5	4	5	4	**4,4**	4	5	**4,41**	**88,2**	**4**
21	**Sónia Pais**	3	3	3	2	3	**2,8**	4	4	**3,22**	**64,4**	**3**

Os resultados obtidos foram na globalidade bons registando-se 13 alunos com nível 4; 3 alunos com nível 5 e 4 com nível 3.

De registar que o aluno Diogo Sousa não obtive nível superior devido ao comportamento e à falta de empenho nas aulas, em situação inversa alguns alunos não atingiram ao nível motor no entanto devido ao seu empenho e comportamento serem adequados optamos por atribuir-lhes o nível 3.

Considerações Gerais

O empenho dos aluno foi no geral muito positivo exceptuando-se o empenho do aluno Diogo Sousa que poderia ser melhor, e as necessidades de incentivo por parte das alunas Sónia Pais e Mariana Fonseca que quando não pressionadas para realizar os exercícios ficavam apáticas, embora quando lhes eram dados alguns *feedback's* positivos empenhavam-se de forma satisfatória.

Ao longo da U.D. existiu apenas uma aula não leccionada devido a uma greve dos funcionários e os horários foram sempre cumpridos e não se registaram faltas.

Considerações Finais

A leccionação destas U.D. decorreu conforme previsto. Não se registaram problemas dignos de registo, e os alunos apresentaram um comportamento geralmente adequado e um empenho satisfatório, resultando num aproveitamento bom da turma.

Relatório Final Unidade Didáctica Voleibol

Professor Estagiário César Silva

Introdução:

Para a Unidade Didáctica (U.D.) Voleibol foram planeados inicialmente 11 tempos, 4 aulas de 90’ e 3 de 45’ entre os dias 13 de Abril e 4 de Maio de 2010, no entanto devido às provas de aferição de Matemática a aula do dia 27 de Abril de 2010 não foi possível cumprir com este planeamento. A acrescentar a estas aulas, temos a situação dos dias 13 e 16 de Abril de 2010 em que foi o Professor Estagiário Mário Santos a assumir a leccionação das mesmas no seguimento da iniciativa de uma semana total. Com estas condicionantes optamos por leccionar a Unidade Didáctica de Voleibol na aula do dia 7 de Maio inicialmente reservada para outra actividade.

Os objectivos definidos para esta Unidade Didáctica foram a leccionação e consolidação de diferentes técnicas: passe de dedos; manchete; remate; posição base defensiva; serviço por baixo e por cima. O conhecimento das principais regras foi também definido como um dos objectivos da U.D.

Nesta Unidade Didáctica optei por divergir das restantes em termos metodológicos uma vez que em função dos alunos terem iniciado a U.D. com o Professor Estagiário Mário Santos, resolvi dar seguimento ao trabalho que este desenvolveu, assim, não realizei a situação com a função específica de diagnóstico como habitual e parti de uma situação de prescrição na tentativa de conseguir dar resposta aos problemas dos alunos mas onde naturalmente realizei diagnóstico no sentido de conseguir perceber se a opinião transmitida pelo Professor Estagiário Mário Santos relativamente ao nível dos alunos seria a mesma que a minha.

Objectivos da Unidade Didáctica

Para esta U.D. defini, depois de ouvida a opinião do Professor Estagiário Mário Santos e de realizada a primeira aula de prescrição/diagnóstico, que os objectivos a atingir seriam:

Domínio de si e da bola:

- Passe de dedos;
- Manchete;
- Remate;
- Serviço por baixo e por cima;
- Posição base defensiva;

Que o aluno coopera-se com os colegas nos exercícios propostos, tomando decisões que não só lhe possibilitassem o êxito pessoal como também do grupo.

Em determinado momento, optei por introduzir alguns objectivos extras no sentido de motivar determinados alunos mais avançados. Assim, introduzi o passe de costas e nas situações de jogo algumas condicionantes para que os alunos conseguissem realizar os 3 toques na bola.

Unidade Didáctica Voleibol – 20 de Abril a 7 Maio de 2010					
Aula da U. D. nº	**Data**	**Duração**	**Função Didáctica**	**Estratégias / Forma**	**Conteúdo**
1 e 2	20-04-2010	90’	Avaliação diagnóstica.	“Limpar o Campo” Bateria Situação de Jogo 2X2	**Diagnóstico/Instrução** Passe de dedos; Manchete; Remate; Serviço por Baixo e por Cima;
3	23-04-2010	45’	Leccionação/ Assimilação Avaliação Formativa	Corrida Continua Bateria Situação isolada 2 X 1 Situação Jogo 2 X 2	**Leccionação** Posição base defensiva; Passe de dedos; Manchete; Serviço por baixo e por cima. Remate
4 e 5	27-04-2010	90’	Consolidação e Domínio; Avaliação Formativa	“Jogo da Bomba” Auto-recreação com bola Bateria Situação de Jogo 3 X 3	**Exercitação** Posição base defensiva; Passe de dedos; Manchete; Serviço por baixo e por cima. Remate
6	30-04-2009	45’	Consolidação e Domínio; Avaliação Formativa AULA NÃO REALIZADA	Auto-recreação com bola Bateria Situação de Jogo 3 X 3	**Exercitação** Posição base defensiva; Passe de dedos; Manchete; Serviço por baixo e por cima. Remate
7 e 8	04-05-2010	90’	Consolidação e Domínio Avaliação Formativa	Exercício Estafetas Bateria a 3 Situação de Jogo 3 X 3	**Exercitação** Posição base defensiva; Passe de dedos; Manchete; Serviço por baixo e por cima. Remate **Leccionação** Sinais Arbitragem

9	07-05-2010	4 5’	Avaliação Formativa	Bateria Situação de Jogo 4 X 4	**Exercitação** Posição base defensiva; Passe de dedos; Manchete; Serviço por baixo e por cima. Remate Sinais Arbitragem **Leccionação** Regras de rotação

Planeamento da Unidade Didáctica

Principais Problemas Diagnosticados:

Os principais problemas diagnosticados revelaram-se ao nível do domínio de si e da relação com a bola; e na tomada de decisão. Alguns alunos revelaram muitos problemas ao nível do passe de dedos e da manchete, que no meu entender são os gestos técnicos essenciais para que possam existir situações de jogo fluido. No entanto foi ao nível da tomada de decisão que os alunos revelaram maiores dificuldades quer ao nível do jogo, onde dificilmente optavam por uma situação de 3 toques, quer das situações isoladas onde optavam maioritariamente pela manchete em detrimento do passe de dedos.

Principais Evoluções dos Alunos

Ao nível das situações de jogo, os alunos conseguiram perceber a função do distribuidor e passaram a optar com maior frequência por situações de 3 toques; a situação da opção entre a manchete e o passe de dedos não registou grandes evoluções embora alguns alunos tenham passado a privilegiar o passe de dedos resultado da minha insistência nesse aspecto (impedindo por exemplo a manchete ao 2º toque embora tenha consciência que em determinados momentos do jogo seja necessária essa opção).

Alguns alunos conseguiram evoluir ao nível do domínio das tecnologias, essencialmente aqueles que revelaram maiores dificuldades iniciais.

Resultados Finais Obtidos

Nº Aluno	Nome	Passe de dedos	Manchete	Remate	Serviço por Baixo	Serviço por Cima	Compreensão e Aplicação das Regras	Nível
2	**Bruno Mendes**	5	4	4	5	5	4	**5**
3	**Cristina Fonseca**	3	3	3	4	3	4	**3**
4	**David Morais**	2	3	2	3	2	3	**3**
5	**David Teixeira**	3	3	3	4		4	**3**
6	**Diogo Sousa**	5	4	5	4	5	4	**5**
7	**Guilherme Fortuna**	4	4	4	4	4	4	**4**
8	**Inês Fonseca**	4	4	3	4	3	4	**4**
9	**João Canário**	4	4	4	4	4	4	**4**
10	**João Machado**	4	4	3	4	4	4	**4**
11	**João Valente**	5	4	5	5	4	5	**5**
12	**Luís Rodrigues**	3	3	3	4	3	4	**3**
13	**Marco Silva**	5	4	4	4	4	5	**4**
14	**Mariana Fonseca**	4	4	2	3	3	4	**3**
15	**Mário Paulino**	5	4	5	4	5	4	**5**

16	**Miguel Gonçalves**	4	4	4	4	3	4	**4**
17	**Nuno Cruz**	3	3	3	4	3	4	**3**
18	**Ricardo Dionísio**	3	3	3	4	3	4	**3**
19	**Rita Porfírio**	4	3	3	4	3	4	**4**
20	**Simão Madaleno**	4	4	4	4	4	5	**4**
21	**Sónia Pais**	3	3	2	2	2	3	**3**
MÉDIA		**3,85**	**3,6**	**3,45**	**3,9**	**3,47**	**4,05**	**3,8**

Os resultados foram globalmente Bons, registaram-se 4 alunos com nível 5; 8 alunos com nível 4 e 8 alunos com nível 3.

O aluno David Morais deverá empenhar-se mais nas actividades propostas, considero-o um aluno apático. Embora não prejudique a aula e o seu desempenho esteja no limite do satisfatório deverá rever o seu comportamento de forma a atingir melhores resultados.

Os alunos Nuno Cruz e Ricardo Dionísio não realizaram algumas aulas pelo que o seu desempenho poderá ter sido afectado por essa situação.

Avaliação das Estratégias Utilizadas

Nesta U.D. optei por exercícios que envolvessem várias repetições dos gestos técnicos devido aos problemas que os alunos evidenciaram nos mesmos e devido à especificidade da modalidade que dificulta as situações de jogo quando estes gestos não forem dominados. Se noutras modalidades poderemos realizar jogo sem grande domínio dos mesmos, nesta é impossível. Pois se no basquetebol podemos lançar ao cesto e falhar mas existem uma série de outras situações em jogo como seja o posicionamento dos jogadores; os ressaltos; etc. no voleibol falhando os gestos o jogo poderá terminar dando novamente lugar a serviço. Assim, optei por juntar os alunos por níveis de aptidão em pares para que os alunos conseguissem jogar no mesmo nível e conseguissem realizar várias repetições dos gestos exercitando-os.

Para alguns alunos coloquei outro tipo de objectivos para que estes se mantivessem motivados e desafiados pela situação em jogo.

Considerações Gerais

Os alunos apresentaram um comportamento adequado às situações de aula, verificaram-se algumas brincadeiras entre eles que não prejudicaram o normal funcionamento das aulas e que considero saudáveis no sentido da manutenção de um bom clima de aula. Existiram alguns problemas relativamente ao empenho de alguns alunos como já referido anteriormente no entanto de forma geral os alunos empenharam-se nos exercícios propostos. Ao longo da Unidade Didáctica os horários estabelecidos foram sempre cumpridos.

O planeamento foi cumprido à excepção da aula do dia 27 de Abril de 2010 devido às provas de aferição de Matemática.

O aluno Nuno Cruz não realizou 2

As alunas Sónia Pais e Mariana e o aluno Simão Madaleno não realizaram a aula 1 vez, enquanto o aluno Nuno Cruz não o fez por 2 vezes e o aluno Ricardo Dionísio não o fez por 3 vezes todos alegando motivos de saúde sendo que apenas o aluno Ricardo Dionísio e a aluna Sónia Pais tenham tido justificação para tal.

Considerações Finais

No geral a leccionação da U.D. correu bem e conforme planeada, os alunos tiveram aproveitamento satisfatório, apresentaram um comportamento globalmente bom e empenharam-se nas actividades propostas.

Anexo 3 – Planos de Aula

Anexo 4 – Relatórios de Aula

Anexo 5 – Inventário dos Materiais Anexo

INVENTÁRIO DE MATERIAL – PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO

ACTIVIDADES ALTERNATIVAS				
Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Indiaka		2	Razoável	
Taco de Basebol Bola de basebol	Recoberto de espuma - Espuma	4 4	Bom Bom	Azul/amarelo amarela
Taco de Basebol Luva de Basebol Bola de Basebol Bola Basebol	"Van Allen" - Madeira Nylon sintético Goma natural soft Wilson x 5474	1 1 1 1	Bom Bom Bom Bom	 Branca Set.2008
Jogo Petanca	"Mala" com 8 bolas	3	Bom	
Jogos Tradicionais	Caixa em madeira	1		
Bússolas	Classic 9020 G	4	Bom	
Bolas Rugby Bolas Rugby	Kipsta Rg 300 – nº3 Kipsta Rg 300 – nº4 Kipsta Rg 300 – nº5	6 11 7 3	Bom Bom Bom	Set.2008 Bitoque Rugby
Bola Rugby	Esponja	2	Bom	Amarela/preta
Cintos Tag Rugby	Predator	20+21	Bom	Pretos

Fitas Tag Rugby	Predator–Lona c/velcro	20+20	Bom	Laranja+vermelhas
Disco Voadores	Plástico – diam:220mm	10	Bom	
Bicicletas Capacetes Protecção	 "Kool"	2 2	Bom Bom	Azul/verde Verde/cinza
Kit's de Bolas minis	Volei, basket, futebol	23	Bom	Mais 8 sacos
Toucas Natação	Látex - amarelas	20	Bom	Taça Luís Figo
Saltitão Pula Pula	Master Polo stick	1	Bom	Set.2008
Alvo Setas	Sportzone Set	1	Bom	Set.2008

MODALIDADE: ANDEBOL

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Bolas de andebol	Borracha com nylon, picotada, nº2	16/3	Boas/Razoável	Laranja (vazam)
Bolas de andebol	Borracha com nylon, nº2	6	Razoável	brancas
Bolas de andebol	"Molten" couro sintético c/relevo (Ultra-grip); tamanho T1 (CLH-551) T2 (CLH-551)	 9 3	Bom	17/11/06

Bolas de Andebol	Pele, nº2	1	Razoável	
Redes baliza	Fio de polietileno de 3,5mm; medidas:3,0x2,0x0,80m	2	Bom	**STOCK**
Balizas Andebol Oficiais Com rede	Medidas: 3,0x2,0; construção em ferro; frente desmontável - secção quadrada pintada de 80mm; traseira desmontável- tubo redondo zincado de 30mm	2	Bom	Fixas no interior do pavilhão
Balizas Andebol Com rede	Medidas: 3,0x2,0; construção em metal; tubo redondo pintada de 80mm	2	**RETIRADAS**	Fixas no campo exterior
Bolas de Andebol	Couro – T2	3	Bom	Taça Luís Figo
Bolas de Andebol	Kipsta	15	Bom	Azul/Maio2008

MODALIDADE: ATLETISMO

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Postes de Salto em Altura	Reguláveis	2	Bom	
Elástico para Salto em Altura	3,5m	1	Bom	
Fasquia para Salto	Metal; 4,0 m	2	Razoável	

em Altura				
Colchão de Salto em Altura	Revestimento em PVC 2,0x1,5x0,40mt	2	Bom	Azuis
Disco Iniciação Disco Iniciação	Borracha; 0,6Kg Borracha; 0,8Kg	1 1	Bom Bom	Preto Pretos
Bola de Lançamento Bola de Lançamento	2kg; diam:110mm 3kg; diam:110mm	2 2	Bom Bom	Pretas Verdes
Pesos em Ferro Pesos em Ferro	3Kg 4Kg	2 2	Bom Bom	
Barreiras	Altura regulável	6	Razoável	
Testemunhos	Plástico	9+10	Razoável	Cinzentos+amarelos
Testemunhos	Alumínio Competição Vinex	6	Bom	Vermelho,cinza,azul, verde,amarelo,laranja
Fita métrica Fita métrica	10m 50m	1 1+1	Bom Bom	 Dez.07
Dardos Dardos Mini-Vortex	Fs-260 – Mousse Mousse, com som	9 11	Razoável Mau	
Discos	Madeira	5	Bom	
Barreiras	PVC, revestidas c/mousse, reguláveis de 45 a 80 cm	6	Bom	Base lastrada
Blocos de Partida de treino	Alumínio c/patim revestido, superfície anti-derrapante, regulável-comp.54x	4	Bom	13/10/05

	larg.4, patim 8cm			

MODALIDADE: BADMINTON

Designação	Características	Quant.	Estado: Bom / Razoável / Mau	Obs.
Raquetes	66 cm	13	Razoável/Mau	
Raquetes	Inesis Exia First	8	Bom	24/10/05
Raquetes	Wilson	14	Razoável	13/12/05
Raquetes	Steel 700	28+22	Bom	Vermelhas+cinzas Dez. 07
Volantes	Pro Master – Penas	9	Razoável/Mau	
Volantes	Artengo e Inesis	42	Bom/Razoável	Amarelos/brancos
Volantes	Artengo e Inesis	39	Bom	**STOCK**
Volantes	Artengo 700 HD	10	Bom	Dez.07
Rede	Nylon	1	Razoável	
Sacos Transporte		10	Bom	
Kit Portátil	Postes+rede+marcações 2,5m	5	Bom	C\ saco transp Vermelho
Rede	Polietileno 25mX30cm	1	Bom	Julho 2009
Rede	Polietileno 22mX30cm	1	Bom	Julho 2009

MODALIDADE: BASQUETEBOL

Designação	Características	Quant.	Estado: Bom / Razoável / Mau	Obs.
Tabelas de basquetebol	Em chapa metálica; medidas: 1,80x1,05m	2	Bom	Fixas no interior do pavilhão
Tabelas de basquetebol	Em fibra; medidas: 1,80x1,05m	2	Bom	Fixas no interior do pavilhão
Tabela de basquetebol amovível oficial	Tabela em vidro acrílico de 12mm; aro basculante; protecções da tabela dianteiras	2	Bom	Interior do pavilhão
Tabelas de basquetebol	Conjunto completo: poste, tabela em chapa, aro e rede.	2	**RETIRADAS**	Campo Exterior
Tabelas de Basquetebol	Schmidt-Sports World, fibra (1/2lua);1,20mtX0,80; Cesto,aro,rede,poste c/ base (areia),regulável 3 posições-2,10 a 2,85	2	Bom	Compal Air 2005/06,
Aro de basquetebol	Tubo metálico, pintura c/epoxy laranja; 12 anéis p/fixação de rede	4	Bom	**STOCK**
Redes para aro de basquetebol	Fio de nylon 4mm c/12 pontos de fixação	3X2	Bom Bom	**STOCK**
Bolas Basquetebol	Gerul Star, nº7	6	Bom	**Oferta Ice Tea** **STOCK**
Bolas Basquetebol	Compal Air, nº5	6	Bom	**STOCK**

	Compal Air, nº7	19	Bom	
Bolas basquetebol	Sunny + Compal , nº5	23	Razoável	
Bolas basquetebol	Conti, nº5; Borracha	8	Razoável	
Bolas basquetebol	Sunny + Compal , nº7	28	Razoável	
Bolas basquetebol	Molten + …, nº7	28	Razoável	
Bola Basquetebol	Nike Baller, nº7	2	Bom	Sp.Zone Jan2007
Bola Basquetebol	Nike 500, nº7	1	Bom	Sp.Zone Jan2007
Bola Basquetebol	Spalding TF-150, nº7	1	Bom	Sp.Zone Jan2007
Bolas Basquetebol	CompalAir	6	Bom	**Stock 2008**

MODALIDADE: FUTEBOL / FUTSAL

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Bolas Futebol 11	Borracha	10	Razoável/Mau	
Bolas Futebol 11	Couro Sintético	1	Bom	Azul – (**Pele Park)**
Bola Futebol	Nº5	6	Bom	**STOCK – oferta Ice Tea**
Bolas Futsal	Espuma – diam.20cm	20	Razoável	Amarelas/pretas/verdes/azul/rosa
Bolas Futsal	Couro sintético	7	Mau	
Baliza Mini-Foot	1,40 X 1,10 X 0,60m	2	Bom	

Bola Futsal oficial	Mikasa FSC – 62 S	5	Bom	**STOCK** - Out.2004
Bolas F5	ID 500	9	Bom	Amarelas pele pêssego
Bolas Futsal	Penalty – elektra nº5	4	Razoável	Desporto escolar
Bolas Futsal	"PVC"-Indoor-Kipsta,nº4	2	Razoável	Laranja/azul -Interior
Bolas Futsal	Neptune Size 62-Borracha	15	Bom	Taça Luís Figo 2005/06
Bolas Futsal	Calcetto	8	Bom	Pretas/amarelas-Nov.2008
Balizas Portáteis	The Kage Taktill	2	Bom	Amarelas/pretas c/ saco

MODALIDADE: GINÁSTICA

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Colchão de Queda	Cobertura em tecido verde; 3,0x2,0x0,30m	2	Bom	
Tapete de Ginástica	Cobertura em lona verde; 2,0x1,0x0,04m	23	Razoável	
Tapete de Ginástica	Cobertura em PVC verde, superfície anti-derrapante; 2,0x1,0x0,04m	10	Bom	1 Tapete emprestado à Unidade de Multideficiência – sala 18
Carro transporte Tapetes de	Com rodas	1	Razoável	

Ginástica				
Trampolim Reuther	Modelo “Budapest”- Dim.:1,20x0,60x0,21m	1	Bom	
Trampolim Reuther	Gin 3030 Dim.:1,20x0,60x0,21m	1	Bom	
Bock	Altura regulável 65 a 110cm. Cabeça de 60cm comprimento. Coberto com sintético	1	Bom	
Plinto piramidal em madeira	Com 6 caixas; cabeça forrada a pele; com rodas de um dos lados	1	Bom	
Plinto em Espuma	Com 4 elementos ligados por velcro. Revestimento em PVC e superfície inferior antiderrapante	1	Bom	
Mini-trampolim “Fabrigimno”	Dimensões:112x112cm Zona de salto: 60x60cm, Impulsão: elásticos; Protecções integradas; Ajustável em altura	1	Bom	
Mini-trampolim “Bänfer”,“Aberto”	Dimensões:120x120cm Zona de salto: 65x60cm, Impulsão: 26 molas de aço; Protecções laterais; Ajustável em altura	1	Bom	

Designação	Características	Quant.	Estado: Bom / Razoável / Mau	Obs.
Espaldar de parede	Em madeira de mogno; 3,0x0,85m	9	Bom	
Espaldar de parede	Em madeira; 2,70x1,0m	2	Razoável	
Banco Sueco	Em madeira de mogno e ferro; 2,70m	2	Bom	
Bolas Ginástica	PVC – 65cm diâmetro	5	Bom	Vermelhas+5 bombas
Bolas Ginástica	Gym Ball Reebok–75cm	4	Bom	Prateadas c/ Bomba de mão
Bolas "canguru"	PVC	6	Bom	3azuis+3vermelhas
Colchão PVC	Tripartido	2	Bom	Azul FCP/verde SCP
Trampolim (Infantário)	Domyos MT200, diâmetro:101cm altura:22cm	2	Bom	Dez.2006
Trampolim	Mousse Gym	1	Bom	Fev.2009
Plano Inclinado	Mousse -240X100X30	1	Bom	Julho 2009

MODALIDADE: TÉNIS

Designação	Características	Quant.	Estado: Bom / Razoável / Mau	Obs.
Raquetes Ténis JR		12	Bom	Taça Luís Figo
Raquetes Ténis SR		13	Bom	Taça Luís Figo
Latas bolas Ténis		86	Bom	14 latas-T.Luís Figo

Kit Portátil	Campo Speed Net-4 mt Campo Speed Net-5 mt	3 2	Bom Bom	c/saco transporte laranja-Set.2008
Balde de transporte	Plástico	1	Bom	Dez.07 - Oferta

MODALIDADE: TÉNIS DE MESA

Designação	Características	Quant.	Estado: Bom / Razoável / Mau	Obs.
Mesas		2	Bom	Polivalente
Mesa		2	Mau	Arrecadação
Suporte de rede		1	Bom	**STOCK**
Rede Portátil	Rollnet - Artengo	3	Bom	C/caixa Azul,verde,laranja
Raquetes		10	Razoável	
Raquete	Cornilleau Tacteo 50	6	Razoável	Azul/amarela
Raquete	Cornilleau Tacteo 60	1	Razoável	Vermelha/preta
Raquetes	Butterfly 900F 900A 500A	1 1 6	Novas	Out. 07
Raquetas	Artengo	2	Bom	4/Março 2008
Raquetas	Andro ts - 2002	8	Bom	
Bolas	Thibhar 3 estrelas	3	Bom	Lata com 3
Mesa Exterior	Betão	1	Bom	Espaço Exterior

MODALIDADE: VOLEIBOL

Designação	Características	Quant.	Estado: Bom / Razoável / Mau	Obs.
Postes voleibol	Simples com ganchos, construção em ferro; Para encaixar no chão; Com mangas	2	Bom	verdes
Postes voleibol	Simples, construção em ferro; Para encaixar no chão	4	Razoável	
Protecções de postes	Em espuma revestida			
Bandas para miras/varetas		2	Bom	
Miras/Varetas	Em fibra de vidro	2	Bom	
Redes	Fio polietileno de 2,5mm	3	Razoável	
Rede Voleibol	2mm c/ cabo aço	1	Bom	**STOCK** Taça Luís Figo
Bolas voleibol	Borracha	20	Razoável	
Bola voleibol	Winner	1	Bom	
Bolas voleibol	Mikasa Spiker Gold; couro	4	Bom	
Bolas voleibol	Molten V58 SL; couro	1	Bom	
Bolas voleibol	Molten V58 SL; couro	1	Bom	
Balões “Overball”	Balão “Ledra Slow Motion Ball”	10	Razoável	Enchem com uma palhinha

Bolas Voleibol	Soft Touch 300	20	Bom	Branca/Laranja
Bolas Voleibol	Couro – T5	2	Bom	Taça Luís Figo
Bolas Voleibol	Soft Volley Kipsta	9	Bom	Nov.06 – azul/branco
Bolas Voleibol	Beach V500 Kipsta	2	Bom	Dez.06- vermelho/laranja
Bola Voleibol	Mikasa VWL 250, couro	1	Bom	**STOCK**
Bolas Voleibol	Soft Volley	30	Bom	Out.07-Taça Luís Figo

MATERIAL APOIO - DIVERSOS

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Aparelho de Frequência Cardíaca	Heart Monitor 1 C- Polse; 6 Funções	1	Bom	
Adipómetro		1	Bom	Dez.07
Cones de Sinalização	PVC vermelho/branco	10	Bom	4 cedidos noite
Cones de Sinalização	PVC azul	6	Bom	
Cones de Sinalização	PVC amarelo	6	Bom	
Cones de Sinalização	PVC azul	5	Bom	Compal Air 05/06

Cone perfurado ACE	PVC – 40 cm	12		
Marcos de Sinalização pequenos	Borracha: azul/amare/branco/verm	38	Bom	Com sistema de transporte
Marcos de Sinalização pequenos	Borracha: azul/amare/branco/verm	40	Bom	Com sistema de transporte
Marcos de Sinalização grandes	Rígidos com apoio para bastão	24	Bom	
Marcos de Sinalização grandes	Borracha: branco/verm	10+10	Bom	C/ sistema de transporte-Nestum Rugby
Bastões	PVC amarelo	12	Bom	
Arcos pequenos	Secção redonda – 50cm Secção redonda – 50cm	10 10	Bom Bom	Amarelos Azuis
Arcos grandes	Secção redonda	10	Bom	
Cordas	Nylon	30	Razoável	20 brancas+10 coloridas
Bolas escolares	Borracha	18+6	Razoável	
Kit óculo manual II	PVC		Bom	Várias cores Nov.08
Escada	12 círculos unidos	2	Bom	Nov.08
Compressor	Eléctrico, FTC-313; capacidade 1/8hp-220v	1	Bom	
Bomba	De pé	1	Razoável	Cedida act. noite
Bomba simples	De mão	2	Razoável	
Cronómetro	Escolar electrónico: hora, data, alarme e cronómetro 1/100;	4	Bom	1 Compal air 05/06

	permite tirar 2 tempos			
Cartões de árbitro	Vermelho + amarelo	3+3	Bom	
Braçadeiras elásticas	Capitão	2	Razoável	
Sacos transporte de bolas	Rede amarela Rede azul	1 1 4	Bom Bom Bom	Compal Air
Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Saco "D.E." transporte de bolas	Preto	1	Bom	
Saco Equipamentos Saco Nestum Rugby	Adidas	3 1	Bom Bom	2 azul+1 preto Jan.2009-Preto
Jogo do Craque	Jogo de mesa	1	Bom	
Tochas	Grandes Pequenas	6 17	Bom Bom	Arrecadação Prosep
K7 Video	Didácticos/Actividades	10	Bom	
Balança		1	Bom	
Elástico	20m, argolas nas pontas	1	Razoável	
Fita de sinalização	Rolo D.E.	1	Bom	
Sinais de trânsito	Madeira	6	Razoável	
Álbum Fotos	Várias actividades	1	Bom	
Agrafador		1	Bom	

Furador		1	Bom	
Tesouras		2	Bom	
Quadro giz	Fixo na arrecadação	1	Bom	
Quadros Fixos	Lousa	2	Bom	
Apagadores		3	Bom	
“Esfregonas”		16	Bom	amarelas
Agulhas/Pipos	Katz	4	Bom	
Fitas “rítmica”	Fitas com bastão em madeira	13	Bom	Várias cores
Carro transporte TV/Vídeo	Com rodas	1	Razoável	
Carros de supermercado	Transporte de bolas	4	Bom	
Dorsais	Em pano, numerados	70	Bom	
Dossiers A4 Dossiers A5	Desporto Escolar Temático Sunny D. 3x3 Aulas 1º Ciclo Desporto Escolar	6 1 1 2 3	Bom	
Bomba de Claques	Com sirene	1	Em uso	
Livro Ed.F. + CD Apoio Professor	2º Ciclo	1	Bom	
Pódio	Madeira	1	Bom	
Rádios Walkie-Talkie	Motorola Talkabout T5422	2	Bom	Bateria+Carregador + 2 capas frontais
Livro Regras de Futsal	Regras Oficiais de Futsala	4	Bom	
Livro Ed.F.	2º Ciclo 3º Ciclo	1 1	Bom	 +1 na Biblioteca

Manual Ajudas Ginástica		1	Bom	Fotocopiado
Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Manual Técnico Pedagógico de Trampolins		1	Bom	Fotocopiado
Pedómetro	Géonaut Dista 100+	1	Bom	24/10/05
Medidor da Tensão Arterial	Balance KH 8096	1	Bom	Nov. 2005
Poster Didáctico	Basquetebol – ataque Basquetebol - defesa	1 1	Bom Bom	Compal Air 05/06
Apito	Plástico c/ cordão Metálicos c/cordão azul	4 6	Bom Bom	Amarelo+preto C.Air 06/07/08
Quadro Táctico	C/ Caneta, Andebol e Futebol	1+1	Bom	

EQUIPAMENTOS - 1

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Coletes	Numerados	48	Razoável	11vermelhos+6azuis+ 15amarelos+16

				verdes
Coletes	Tamanho Júnior-Kipsta	60	Bom	25verdes+10amarelos+25 vermelhos
Coletes	Tamanho Júnior- Ice Tea	22	Bom	Amarelos Oferta Ice Tea
Colete Lilás	Numerado	1	Razoável	
Coletes “Escola Segura”	Azuis escuros	11	Bom	
Coletes “Escola Segura”	Verdes escuros	15	Bom	
Coletes Penalty	Brancos Vermelhos	5 5	Bom	D.E. 2004/05
Coletes “Compal Air”	Verdes Azuis	25 25	Bom	
Coletes “Nestm Rugby”	Azuis + Verdes XL	6+6	Bom	Jan.2009
Equipamento azul/branco **Tamanho L**	Camisolas Calções Meias brancas	10 10 12	Bom Bom Bom	**Novo** **(Danone 2003/04)**
Equipamento laranja/branco **Tamanho M**	Camisolas Calções Meias brancas	12 12 12	Bom Bom Bom	**Novo** **(Danone 2004/05)**
Equipamento “Escola Teixoso”	Camisolas brancas Calções verdes Camisolas G. Redes Calções G. Redes Meias G. Redes **Meias Jogadores**	9 10 2 2 2 **11**	Bom Bom Bom Bom Bom Bom	 “azuis” pretos almofadados pretas
	Camisolas verdes Calções brancos	10 10	Bom Bom	

Equipamento Verde	Meias Jogadores Camisolas G. Redes Calções G. Redes Meias G. Redes	10 2 2 2	Bom Bom Bom Bom	 1 amarela + 1 cinza pretos
Equipamento "Velho"	Camisolas verdes Calções brancos **Meias Jogadores**	11 10 **12+4**	Razoável Razoável Razoáveis	 4 para faltas
Equipamento Basquetebol	Camisolas Katz	5M+5XL	Novo	Vermelho-Dez.07
Meias		24	Bom	Brancas – Nov.04
Equipamento Trampolins	T-shirt's pretas Calções pretos	11 10	Razoável Razoável	
Equipamento Árbitro	Pólos Cinzentos (L)	2	Bom	**Novos**
Camisolas Árbitro Penalty	Pretas/Brancas	2	Bom	D.E. 2004/05

EQUIPAMENTOS - 2

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
T-shirt's brancas/azuis	MarAzul	36	Razoável	
Camisolas "Inverno"	Manga comprida	7	Razoável	Azul/verde
Fatos de Treino	3 Azuis (M,M,L) 3Castanhos(M,L,L)	6	Bom	"Hermar" 2004/05
Equipamentos Atletismo	Camisola + Calção Azul/amarelo(46/44) Azul/branco (40/40)	1 1 1	Bom Bom Bom	Adidas "Hermar" "Hermar"

Saias	Verdes	8	Razoável	
Bonés	Projecto Vida	2	Bom	
Luvas Guarda Redes	Tamanho M Tamanho S	4 2	Mau Mau	Nov.2004 11/04/05 - Baixa
Joalheiras Rox		2+2	Razoável	Azul/preto+Verde/preto
Caneleiras		2	Razoável	
"Pantufas" protectoras	pares	11	Razoável	
Fatos Pai Natal		2	Bom	
T-shirt's	Agrupamovimento	8+2+2	Bom	Brancas+Pretas+azuis
Sacos Cama		2	Bom	
Luvas Guarda Redes	F500Hg – Kipsta Tamanho 7	1	Bom	24/10/05
T-shirt's Compal Air 3x3	Tamanho M	12	Novas	Cor laranja
T-shirt's brancas	Notícias da Covilhã	4	Bom	

MOBILIÁRIO

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Relógios	De parede	2+1	Razoável	Pavilhão + gabinete
Frigorífico		1	Razoável	
Mesa redonda	Com braseira	1	Bom	
Cadeira	Com rodas	1	Razoável	

Sofá		2	Bom	
Marquesa		1	Bom	Uni.Multideficiência
Cadeiras		8	Bom	
Secretária	Com gavetas	1	Bom	
Mesas		2	Bom	
Armários	Madeira – 4 portas Madeira – 2 portas	2 4	Bom Bom	
"Cacifos"	3 portas madeira	1	Bom	Para funcionários
Radiador	Eléctrico	2	Razoável	
Escada	3mt	1	Bom	
Caixotes do lixo		6	Bom	3wc + 3 bancadas
Bancada amovível para pavilhão	18 lugares; em madeira e metal; 3 filas de bancos e apoios para os pés; 2,40x1,70	20	Bom	
Armário 1ºs Socorros	madeira	1	Bom	

MATERIAL AUDIO/VIDEO

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Televisão	Sony	1	Bom	Arrecadação
Videogravador	Sony	1	Bom	Arrecadação

Leitor CD, K7, radio	Sony – CFD-V20	1	Bom	Arrecadação
Rádio, K7	Philips	1	Bom	Gabinete
Extensões eléctricas		2	Bom	1 na Máq. Lavar
Impressora	Lexmark X1155	1	Bom	Set. 2005 Cabo USB+2 Tintei.
DVD	7200 DX	1	Bom	Emprestado Clube de Cinema
Microfones S/ Fios	Wireless ST-306F Rlaky	2	Bom	Local -Executivo
USB 2.0 Flash Drive	1 GB – Silicom Power	1	Bom	Set.07

1ºS SOCORROS

Designação	**Características**	**Quant.**	**Estado: Bom / Razoável / Mau**	**Obs.**
Aparelho de Tensão Arterial	Esfignomanómetro “Artsana” - Standart	1	Bom	**FALTA**
Estetoscópio	“Artsana” - Simples	1	Bom	
Termómetro	Electrónico digital	1	Bom	
Tesoura	Pontas redondas	1	Bom	
Pinças		2	Bom	
Seringa	10ml	1	Bom	
Bisturi	Lâmina de uso único	1	Bom	
Garrote	Borracha	1	Bom	
Ligaduras	Elásticas – 20cm	4	Bom	

Ligadura Elástica	Autofissante forte – “Co-fix”; 10cmX5mt	1	Bom	Em uso
Compressas	10cmX10cm	34	Bom	
Compressas	20cmX20cm	10	Bom	
Pensos Rápidos	Pequenos	1 Caixa	Bom	Em uso
Algodão	Hidófilo	1 Maço	Bom	Em uso
Banda Adesiva	Eurofix; 10mtX10cm	1	Em uso	
Betadine	Solução espuma	1	Em uso	
Betadine	Solução dérmica	1	Em uso	
Amoníaco	125ml; solução 6%	1	Bom	
Algesal	Pomada; 100ml	1	Em uso	
TRifene 200	caixa	1	Bom	
Picalm 100 ml	spray	2	Bom	Em uso
Banda adesiva elástica	10cm X 6cm	3caixas=30	Novas	

6 – Relatório das actividades

“Acção de Formação: Nestum Rugby nas Escolas”

Acção de Formação do Projecto “Nestum Rugby nas Escolas” realizou-se no dia 21 de Janeiro de 2010.

Nesta acção de formação esteve presente o aluno Pedro Abrantes, este aluno está inserido num plano de desenvolvimento à disciplina de Educação Física, pelo que estas formações são um óptimo complemento para o aluno. A lamentar registo a falta do aluno Bruno Castro que não compareceu à formação apesar de ter sido convidado a participar, visto tratar-se também de um aluno que tinha plano de desenvolvimento.

A acção de formação foi promovida pela Federação Portuguesa de Rugby e teve como orador o Professor Fernando Rosário. Esta formação teve como objectivo principal promover o Rugby e incentivar a sua leccionação nas escolas. Para isso a formação procurou transmitir alguns conceitos básicos da modalidade e algumas estratégias de abordagem da mesma.

Foi abordado o Rugby de 15; o Seven’s e o Tag Rugby, sendo o Tag Rugby a forma recomendada para abordar o Rugby nas escolas.

O Tag Rugby permite uma aproximação à modalidade de Rugby e exclui factores que poderiam causar problemas como o Ruck, o Maul ou as placagens por exemplo para além de permitir o jogo em espaços mais reduzidos aproximando-se das realidades das escolas.

A formação foi dividida em duas partes distintas, uma primeira teórica e uma segunda prática. Na primeira parte foram abordados os conceitos teóricos, na segunda parte tivemos a oportunidade de experimentar o jogo em exercícios tipo (sugestões de exercícios) a aplicar na leccionação das aulas de Rugby nas escolas.

Entre estes dois momentos de formação houve a oportunidade para o Professor Fernando Rosário presentear os representantes das diferentes escolas com material de Tag Rugby que permite às escolas a leccionação da modalidade nas respectivas escolas, fitas e cintos de Tag e bolas de rugby.

A formação terminou com um pequeno convívio realizado com todos os participantes num pequeno lanche fornecido pelo Agrupamento de Escolas do Teixoso.

Considerações Finais

Penso que os objectivos definidos para esta actividade foram cumpridos. Foi uma actividade que nos permitiu ter um contacto mais directo com a modalidade e uma boa oportunidade de continuar a nossa formação, o momento da formação foi óptimo uma vez que ainda não tínhamos abordado a Unidade Didáctica, e esta formação permitiu-nos fazê-lo com mais qualidade.

“Actividade Esqui”

Esta actividade teve encontro marcado para as 8h30 do dia 23 de Março na Escola Básica do 2º e 3º Ciclos do Teixoso. O transporte para a estância de esqui Vodafone realizou-se em conjunto com a turma do PIEF que tinha agendada uma actividade na serra no mesmo dia, o Professor Armando Riscado; Ana Paula; Carmelinda Vieira e Fernanda Delgado deslocaram-se para a Estância nos seus meios de transporte próprios para facilitarem o transporte a mais alunos uma vez que o autocarro tinha apenas 15 lugares vagos para a actividade do esqui e para transportarem o seu material de esqui.

A chegada à estância aconteceu por volta das 10h20, anteriormente tinha sido prestada a informação da altura e peso dos participantes por forma a que os funcionários da estância pudessem organizar o material, pelo que à chegada o material já estava distribuído. Com o equipamento devidamente feito (botas calçadas; luvas; etc.) procedeu-se ao deslocamento para a neve onde se realizou uma aula dada pela instrutora da estância. Esta aula iniciou-se com uma pequena introdução ao material e conceitos da serra (esta informação passou por indicar conceitos como as arestas do esqui ou o conceito de monte e vale da serra, passando por informações relativas às pegas dos bastões etc.), seguiu-se um pequeno aquecimento e habituação ao material. Na explicação da posição e movimentos básicos do esqui, demos especial importância às viragens (apoio mais forte sobre o pé de fora da viragem, isto faz com que este aumente a sua velocidade em relação ao outro, e logo aconteça a viragem que nesta fase era sempre realizada em cunha); travagens em cunha (colocando os esquis formando um triangulo, quanto mais aberto for o triangulo maior será a travagem; posição parado (posição dos esquis face à inclinação da pista deverá ser lateral para que as arestas se fixem na neve e não aconteça deslocamentos); caminhar. Enquanto recebíamos estas informações estávamos organizados em escada com os esquis laterais à inclinação da montanha realizando pequenas descidas individuais e alternadas no sentido de experimentar as viragens e as travagens.

No seguimento destes exercícios, e para quem já tinha alguma prática pudemos experimentar as descidas nas restantes pistas.

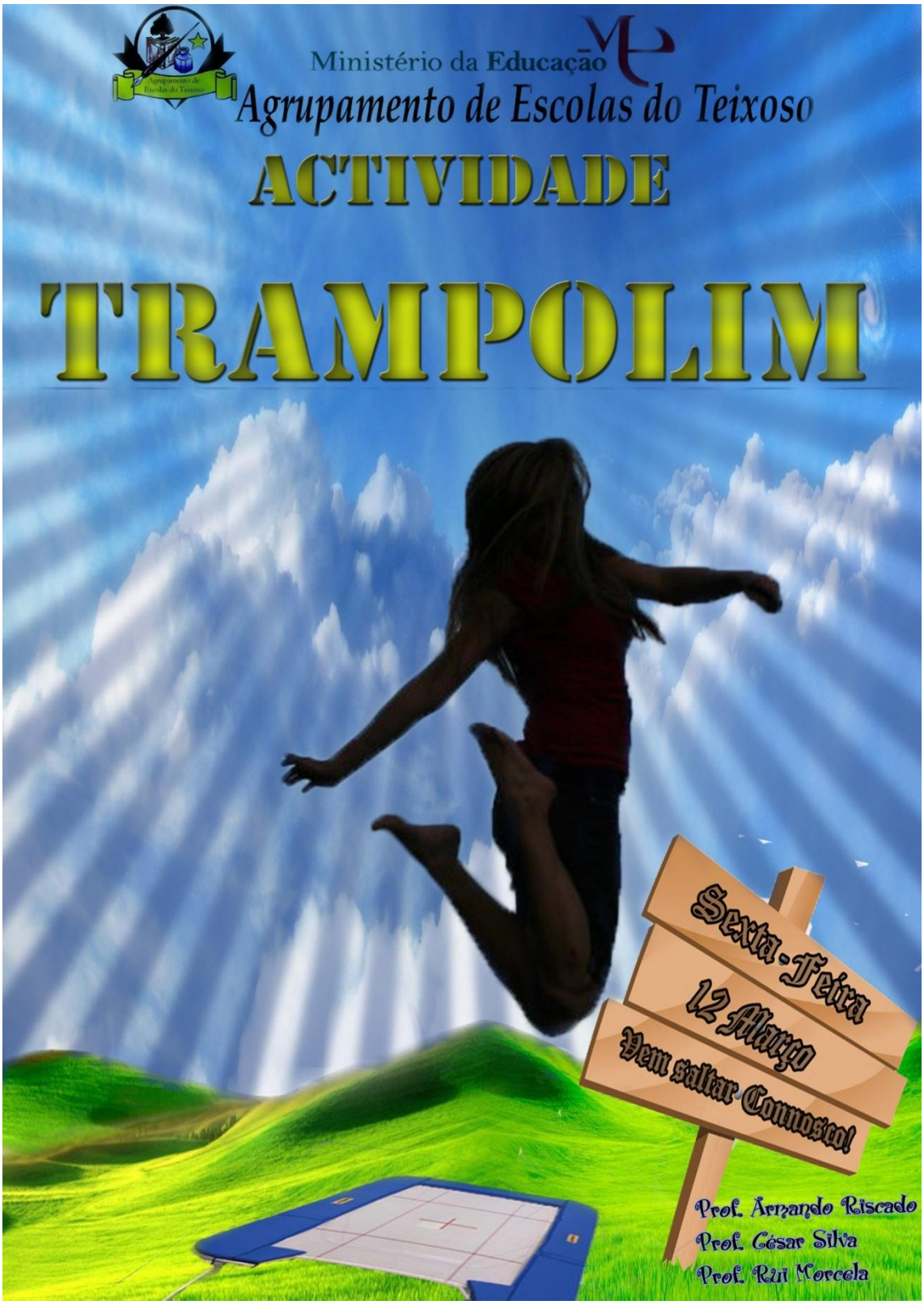
Na hora do almoço voltamos a reunir todos para almoçar e fizemo-lo num bengaló que a estância disponibilizou para o efeito.

Seguiu-se nova fase de descidas nas pistas até às 16h30 hora em que nos voltamos a juntar para se proceder à entrega do material e recolha ao autocarro para o regresso à escola.

Considerações Finais

A actividade proporcionou uma experiência na serra que para alguns dos alunos e apesar da proximidade ao local foi a primeira experiência de esqui.

Os alunos tiveram um comportamento exemplar e empenharam-se na realização dos exercícios, tendo alguns deles conseguido no final do dia realizar as descidas com relativa facilidade.


Ministério da Educação
Agrupamento de Escolas do Teixoso
ACTIVIDADE
TRAMPOLIM
Sexta-Feira
12 Março
Vem saltar Connosco!
Prof. Armando Riscado
Prof. César Silva
Prof. Rui Marcela

Fase de Escola "Compal Air" Basquetebol: 3 X 3

Esta actividade desenrolou-se no dia 17 de Dezembro de manhã o contrário do previsto no Plano Anual de Actividades do Agrupamento de Escolas do Teixoso (PAAAET).

Esta actividade tinha como objectivo seleccionar as equipas a participar na próxima fase do torneio, fase regional. Para além deste objectivo, esta actividade pretendia como afirma o PAAAET:

- Promover a participação de todos os alunos, qualquer que seja a sua experiência e habilidade, numa forma fácil de aprender e jogar Basquetebol.
- Proporcionar a todos os alunos uma actividade desenvolvida em ambiente agradável, privilegiando mais o divertimento e o prazer de participar do que o resultado da competição.
- Contribuir para o desenvolvimento integral e harmonioso de todos os alunos.
- Contribuir para a criação de novos grupos escolares e incentivar o aparecimento de novos praticantes.
- Cumprir em todas as situações, os princípios da ética adaptando atitudes de cordialidade e entreajuda.

Penso que os objectivos foram integralmente cumpridos.

Desenvolvimento:

O torneio contou com a participação de 20 equipas divididas pelos seguintes escalões:

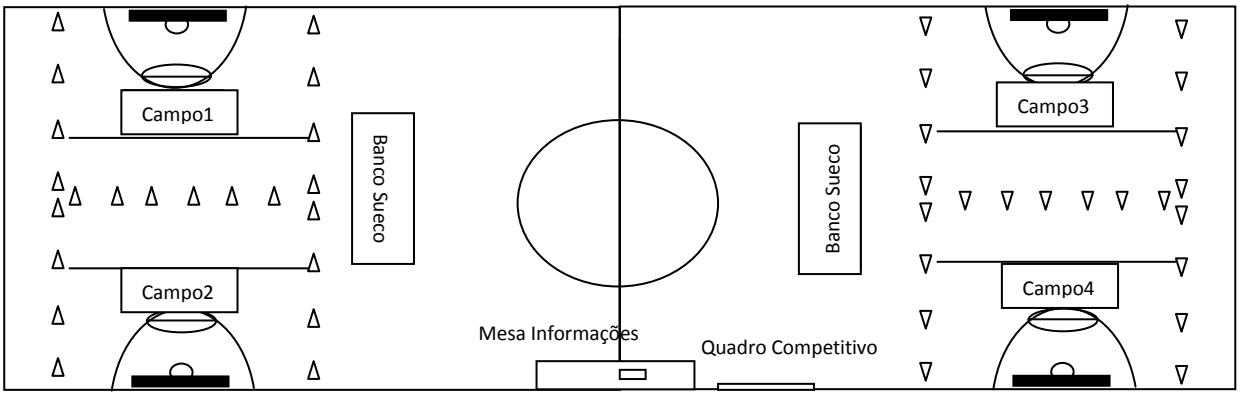
- Infantis Masculinos: 8 equipas
- Infantis Femininos: 4 equipas
- Iniciados Masculinos: 3 equipas
- Iniciados Femininos: 1 equipa
- Juvenis Masculinos: 2 equipas
- Juvenis Femininos: 1 equipa
- Juniores Masculinos: 1 equipa

Para proporcionarmos o máximo de competição possível aos participantes tendo em conta as limitações de tempo; e no sentido de manter uma organização eficiente, optamos por:

- Realizar jogos de apenas 10’ à semelhança do que acontecerá nas fases seguintes do torneio;
- Realizar torneio sob o formato de *playoff* [Anexo a) – Quadros competitivos] para o escalão de infantis masculinos dado que se tratava de um escalão com 8 equipas inscritas, o que tornou impossível a realização da competição noutro formato de quadro competitivo devido às limitações temporais para a realização desta actividade;
- Nos restantes escalões optamos por um quadro competitivo que possibilitasse que todas as equipas jogassem entre si, possibilitando a realização de mais jogos a cada equipa;
- Nos escalões de Iniciados Femininos e Juvenis Femininos apenas existia 1 equipa de cada, pelo que optamos por colocar ambas as equipas em competição uma com a outra para que pudessem esse momento de competição mesmo estando já e à partida qualificadas para a fase regional desta actividade, assim realizaram um jogo de 20 minutos dividido em duas partes de 10 minutos;
- Pelo facto de apenas existir uma equipa de Juniores Masculinos, esta estaria automaticamente apurada para a fase seguinte da actividade, no entanto achamos que seria benéfico que estes alunos participassem no torneio afim de poderem competir e jogar, pois afinal esse era um dos objectivos do torneio. Assim, achamos por bem que esta equipa competisse junto das equipas Juvenis;
- A ordem e os confrontos das equipas foram sorteados previamente, tendo sido afixado num dos quadros do pavilhão os quadros competitivos onde seria dada a informação sobre o local e a hora dos jogos, assim como os adversários.
- Foi montada uma mesa de informações onde: foram corrigidas as equipas (alteração de membros das equipas); verificados os participantes; registados os resultados; era dada a informação dos jogos a realizar a cada momento; foi realizada a contabilização das vitórias e derrotas afim de determinar os vencedores de cada prova; foram dadas todas as informações relativas ao torneio. Nesta mesa desempenharam funções o Professor Armando Riscado; a Professora Ana Paula e o Professor estagiário César Silva;
- Atribuir um número a cada campo por forma a identifica-los tornando mais fácil a organização das equipas;

- Atribuir um árbitro a cada campo por forma a minimizar a entropia de troca de campos e árbitros, simplificando assim os processos, as funções de árbitros foram desempenhadas pelos professores estagiários Rui Morcela; Mário Santos; Ricardo Cunha e pela Professora Carmelinda Vieira.
- Criar a função de *Speaker*, desempenhada pela Professora Ana Paula, que consistia em passar a todos os intervenientes da actividade informações relativas à mesma como: orientação das equipas para os respectivos campos; dar inicio e por terminados os jogos; divulgação dos resultados finais; directrizes de organização; etc.

A distribuição dos campos e das estruturas organizativas dispôs-se da seguinte forma:



O torneio desenrolou-se com normalidade e conforme previsto e planeado.

Apenas há a registar e a lamentar pequenas mazelas que os alunos sofreram, nada de grave e que dificilmente se poderiam ter evitado.

Considerações Finais

Na globalidade o torneio decorreu conforme planeado (o torneio iniciou-se com algum tempo de atraso, 20' – 30', alterando assim a ordem dos jogos assinalada no quadro de informações no entanto não se registaram mais atrasos pelo que o torneio terminou em tempo útil). Foram cumpridos todos os objectivos de forma muito satisfatória, não se registaram problemas graves (excepção feita as lesões acima referidas).

A entrega de prémios a que se procedeu no final foi reflexo do bom clima que existiu durante todo o torneio, nesta situação a alegria e o bom humor demonstrado por todos os intervenientes funcionou como um indicador de que o torneio teve uma boa aceitação por parte de todos e cumpriu com os objectivos principais para actividades deste tipo,

possibilitar e promover a prática de desporto junto dos mais novos (neste caso) num clima de harmonia e diversão.

ANEXOS:

Anexo a) – Quadros Competitivos

Ministério da Educação

Agrupamento de Escolas do Teixoso

INFANTIS FEMININOS

Classificação Final	
1º -	
2º -	
3º -	
4º -	

	Bolinhas no Cesto	Miquigirls	Gandas Malucas	Three Girls
Bolinhas no Cesto				
Miquigirls				
Gandas Malucas				
Three Girls				

Bolinhas no Cesto X Miqui Girls	Jogo 1	10h45	Campo 1
2 - 0			
Three Girls X Gandas Malucas	Jogo 2	11h00	Campo 1
0 - 12			
Gandas Malucas X Bolinhas no Cesto	Jogo 3	11h15	Campo 1
6 -2			
Miqui Girls X Three Girls	Jogo 4	11h30	Campo 2
0 -2			
Bolinhas ao Cesto X Three Girls	Jogo 5	11h30	Campo 1
12 - 0			
Gandas Malucas X Miqui Girls	Jogo 6	11h45	Campo 2
6 - 0			

Ministério da Educação
Agrupamento de Escolas do Teixoso

INICIADOS MASCULINOS

Classificação Final	
1º -	
2º -	
3º -	

	Esfomeados	Equipa Curral Moinas	Star Quality
Esfomeados			
Equipa de Curral de Moinas			
Star Quality			

Esfomeados X Curral de Moinas	Jogo 1	10h45	Campo 2
10 - 4			
Star Quality X Esfomeados	Jogo 2	11h00	Campo 2
2 - 6			
Curral de Moinas X Star Quality	Jogo 3	11h15	Campo 2
0 6			

INICIADOS/JUVENIS FEMENINOS

Classificação Final
1º - Starrschuss
2º - Rebeldes!

Rebeldes! X Starrschuss
4 - 30

Ministério da Educação
Agrupamento de Escolas do Teixoso

JUNIORES/JUVENIS MASCULINOS

Classificação Final	
1º -	
2º -	
3º -	

	Os Mobidick	Esgota Pipas	Choco-Power
Os Mobidick			
Esgota Pipas			
Choco-Power			

Os Mobidick X Esgota Pipas	Jogo 1	10h45	Campo 3
6 - 12			
Choco-Power X Os Mobidick	Jogo 2	11h00	Campo 3
14 - 2			
Esgota Pipas X Choco-Power	Jogo 3	11h15	Campo 3
- 2 - 12			

Corta-Mato Escolar

O corta mato realizou-se no Dia 26 de Novembro pela manhã.

Os objectivos definidos pelo Plano Anual de Actividades do Agrupamento de Escolas do Teixoso (PAAAET) para esta actividade foram:

- Motivar os alunos para a escola e a importância que esta tem na Comunidade.
- Cumprir em todas as situações, os princípios da ética adaptando atitudes de cordialidade e entreajuda.

Esta actividade contou com a participação de imensos alunos da escola dos mais variados escalões, sendo as distâncias a percorrer diferentes entre eles.

O percurso estava previamente definido e marcado pelos professores de educação física e era igual para todos os escalões. Como as distâncias a percorrer eram diferentes de escalão para escalão, o número de voltas ao percurso era diferente entre escalões.

Para facilitar a organização e por limitações logísticas optamos por permitir que se equipassem por escalões no sentido de evitar a exagerada aglomeração de alunos nos balneários.

A atribuição dos dorsais foi também ela realizada dividindo os alunos por escalões, facilitando a chamada através das listagens e consequente confirmação de presença. Para esta tarefa foi utilizada uma mesa e uma sequência de tarefas realizadas pelos professores onde um chamava o aluno indicando o número do dorsal, outro atribuía o dorsal, outro confirmava o dorsal e atribuía as seguranças para fixar o dorsal. A zona de entrega dos dorsais estava perto do percurso mas não o interceptava o que é bom pois impedia que pudessem existir interrupções na prova.

Organizados por escalões e géneros, os alunos dirigiam-se ao sinal de chamada do professor para a linha de partida, existia uma professora a realizar o controlo da corrida numa posição onde conseguia verificar se os alunos encurtavam caminho, e os restantes tentavam verificar o número de voltas que os alunos tinham dado, evitando assim falsas contagens. De referir que a linha de partida se situava numa recta considerável, o que é importante no sentido de evitar quedas dos alunos. A zona de aquecimento também se encontrava perto da linha de partida e que nunca interceptava o percurso, mais uma vez

isto é importante pois facilitou a chamada dos alunos para a prova (a zona de aquecimento funcionava também como câmara de chamada) e não perturbava o normal funcionamento da mesma.

Na linha de chegada, encontrava-se um corredor no sentido de evitar ultrapassagens depois da chegada, neste corredor registavam-se os dorsais por ordem de chegada afim de se proceder posteriormente à organização da classificação final. Aspecto importante da localização da linha de chegada era a proximidade aos balneários dado que estava bastante frio, e essa proximidade permitia que os alunos passassem da prova directamente para o interior dos balneários.

O percurso da prova estava fixado no pavilhão marcado numa imagem satélite, o que facilitou aos alunos anteciparem a prova.

Por forma a que os alunos entregassem o dorsal, este funcionou como senha para o reforço alimentar.

Considerações Finais

Penso que os objectivos definidos para esta actividade foram cumpridos. No entanto julgo que poderia ter existido uma maior envolvência da escola na actividade, uma vez que apenas os alunos inscritos na actividade participaram nela como atletas, no entanto, poderia ter sido contemplada a parte não competitiva da modalidade ao permitir que os restantes alunos da escola pudessem participar enquanto assistentes, incentivando os colegas, e criando nestes também a vontade de poderem participar noutras actividades.

“Fase Regional Compal AIR”

A actividade realizou-se no dia 25 de Março e teve lugar em Proença-a-Nova. A concentração foi na Escola Básica do 2º e 3º Ciclos do Teixoso e o transporte da escola para o local da prova foi realizado de autocarro.

Chegados ao local da prova, foi realizada a acreditação das equipas e recolhido o equipamento (camisolas) fornecido pela organização. Os alunos procederam ao equipamento e reunimos novamente num local na bancada onde ficaram guardado os bens dos alunos e o almoço e onde foi definido que seria o ponto de encontro. A actividade realizava-se em quatro campos, sendo que a s equipas da Escola Básica do 2º e 3º Ciclos do Teixoso (duas de infantis e duas de iniciados, uma feminina e uma masculina em cada escalão) apenas jogavam em dois o que facilitou o controlo e acompanhamento das mesmas.

Foi dada a liberdade aos alunos para poderem se deslocar livremente pelo pavilhão tendo eles a oportunidade de ver os restantes jogos a decorrer e de conviverem com os alunos das outras escolas. Penso que este convívio é também importante e leva a que os alunos se sintam bem neste tipo de actividades e queiram participar nelas interiorizando eles uma ideia positiva face ao desporto e à sua prática que me parece ser uma boa forma de promoção do desporto e da actividade física.

Para o almoço foi dado aos alunos sandes de panado já habituais neste tipo de actividades sendo que a meio da manha tinham sido distribuídas sandes de queijo. A organização tinha à disposição dos participantes águas e sumos da Compal gratuitos.

Terminados os jogos realizados pelas equipas da Escola Básica do 2º e 3º Ciclos do Teixoso retorna-mos ao autocarro para regressar.

Considerações Finais

A actividade foi uma boa experiência para os alunos e para nós Professores Estagiários pois permitiu aos alunos participarem numa actividade e conviverem com outros alunos de outras escolas de forma positiva; para os Professores Estagiários permitiu-nos perceber e treinar o controlo dos alunos neste tipo de actividades, estratégias como a marcação do ponto de encontro ou a gestão da alimentação poderão parecer questões básicas, mas precisam de ser equacionadas e toda e qualquer oportunidade para as treinar é uma mais valia para a nossa formação.

De realçar o bom comportamento dos alunos dos alunos dentro e fora do campo, jogando com empenho e respeito pelos adversários dentro do campo e convivendo de forma saudável fora dele.

"Fase Regional Corta-Mato Escolar"

A actividade tinha o inicio marcado para as 10h.30 do dia 8 de Fevereiro na pista de MotoCross em Castelo Branco, pelo que a concentração na escola ficou marcada para as 08h30, o autocarro atrasou-se e a saída sofreu um atraso considerável, no entanto e dado que a prova também estava atrasada, não tivemos implicações para os participantes.

Os Professores Armando Riscado e Ricardo Cunha foram directamente ao local saltando a concentração na escola devido à proximidade das suas residências com o local da prova. A Professora Ana Paula ficou encarregue de prosseguir para o local da prova mais tarde afim de poder levar os almoços para os alunos e professores.

Chegados ao local, já os Professores Armando Riscado e Ricardo Cunha tinham realizado a acreditação das equipas e já tinham os dorsais que foram distribuídos aos alunos.

Devido às más condições dos balneários houve alguma demora dos alunos a equipar, mas que também não causou problemas pois a prova estaria também ela atrasada.

Quanto ao comportamento dos alunos, devemos registar que alguns alunos realizaram a prova com o mínimo de esforço pelo que devemos ponderara a sua participação noutras actividades.

No final das provas os alunos desequiparam e juntaram-se num local definido pelos professores para almoçar. O almoço foram sandes de panado e sumo.

No final do almoço recolhemos ao autocarro e viajamos de volta à escola decorrendo a viagem normalmente e verificando-se a chegada à escola a rondar as 15h.

Considerações Finais

No geral a actividade correu conforme o planeado, exceptuando o atraso inicial devido ao atraso do autocarro. O comportamento dos alunos no geral foi bom apesar de alguns alunos terem realizado a prova a passo por opção evidenciando uma falta de empenho reprovável e merecedora de reflexão.

A actividade foi uma boa oportunidade para conviver com alunos e professores de outras escolas.

Jogos Diferentes – *Dia Internacional da Pessoa com Deficiência*

Esta actividade realizou-se no dia 3 de Dezembro.

Os objectivos definidos no Plano Anual de Actividades do Agrupamento de Escolas do Teixoso são:

- Desenvolver acções de sensibilização ligadas às áreas específicas da intervenção da Educação Especial.
- Sensibilizar a comunidade educativa para a problemática da deficiência.

Penso que as actividades propostas conseguiram criar experiências que despertaram sensações nos alunos que os levaram a reflectir sobre a temática em causa, dai que penso que a actividade conseguiu atingir os objectivos a que se propôs.

Nesta actividade participaram várias escolas do agrupamento de escolas do Teixoso. A heterogeneidade das idades dos participantes foi bastante elevada, dado que participaram alunos da primeira classe a alunos do 9º ano, levando a que tivesses que adaptar o discurso ao longo da actividade.

Em termos de organização da actividade optamos face à quantidade de participantes e do tempo disponível para a actividade por despender apenas 10’ a cada turma, dividindo os alunos pelas diferentes estações criadas, em que cada aluno apenas passaria por uma estação.

As estações que foram montadas foram:

- Boccia;
- Golfe;

- Cavalo;
- Percurso de obstáculos vendado.

Destas actividades aquela que julgo atingir mais os objectivos da actividade em geral foi o percurso de obstáculos vendados, pois as sensações que esta experiência despoletou nos alunos foi a que mais se aproximou das experiências sentidas por um invisual, pois os alunos viam-se privados de um dos sentidos necessários ao cumprimento do objectivo – ultrapassar o percurso de obstáculos.

As turmas ficavam em espera na bancada do pavilhão sendo chamadas na sua vez por ordem. Cada professor que acompanhava a turma decidia que alunos realizariam que actividades sendo encaminhados para as estações. A estação de obstáculos, os alunos eram vendados antes de entrarem no pavilhão para não terem imagem dos obstáculos que iriam percorrer, embora estes já tivessem visto o percurso, tentamos aumentar o tempo distante entre a imagem do percurso e a passagem do mesmo para que o percurso fosse o mais incerto/imprevisível possível.

Em relação à estação do cavalo não posso aferir qualquer tipo de conclusões pois não consegui ver nenhuma pois estava no interior do pavilhão e esta estação era realizada no exterior.

Uma estação que poderia ter sido implementada seria o *Goalbol,* nesta modalidade seria mais uma vez criada a simulação de um invisual usando desta forma a audição como forma de suplantar a falta da visão.

Realizar um percurso à máxima velocidade ou ultrapassar obstáculos com uma mão atada ou só com um pé poderia ser outra estratégia para simular uma deficiência levando os alunos a perceberem algumas das dificuldades de algumas pessoas com determinados tipos de deficiências.

Considerações Finais

Penso que a actividade foi positiva, os objectivos foram amplamente cumpridos e as experiências vividas pelos alunos podem ter sido enriquecedoras na medida em que os colocou a questionarem-se sobre uma realidade que embora tenham ouvido falar poderão não a ter experienciado, o que torna a reflexão mais profunda, e penso que foi este o principal objectivo desta actividade.

“Mega Sprint & Mega Salto”

A actividade realizou-se no pavilhão da Escola Básica do 2º e 3º Ciclos do Teixoso e teve inicio pelas 10h30 do dia 26 de Março. A actividade consistiu numa prova de salto em comprimento e numa prova de corrida de velocidade de 40m nas quais os alunos se tinham inscrito previamente numa ou noutra ou em ambas.

A organização da actividade iniciou com todos os participantes sentados na bancada onde foram dadas as instruções de funcionamento da prova e algumas regras básicas das mesmas (validade ou nulidade dos saltos por exemplo).

Existiam 7 espaços distintos na actividade foram eles: o espaço destinado aos alunos em espera para as suas provas e para visualizarem as provas dos colegas e que seria na bancada e onde os alunos seriam chamados e encaminhados para o local de aquecimento enquanto decorria a prova que antecedia a sua; um espaço destinado ao aquecimento onde os alunos poderiam realizar o aquecimento sem prejudicar o funcionamento das provas; um espaço para a espera para a prova de salto; o local do salto propriamente dito onde existiam dois professores, um que verificava a validade dos saltos e apontava os valores obtidos que seriam verificados por outro professor, estes valores eram depois de terminada a prova daquele escalão e género transmitidos à mesa de registo de resultados; a mesa de registo de resultados onde seriam anotados os resultados obtidos pelos alunos participantes de ambas as provas; uma zona de partida e uma de chegada da prova de velocidade onde uma professora verificava a validade das partidas e outro professor dava o sinal de partida e registava com ajuda dos cronómetros os tempos obtidos pelos alunos dando depois essa informação à mesa. Estas zonas estavam distribuídas da seguinte forma apresentada no esquema:

2

3 4

Legenda: 1

1. Bancada de espera;

2. Zona de salto em comprimento;

3. Partida para o salto em comprimento;

4. Zona de aquecimento;

5. Partida prova de velocidade;

6. Chegada prova de velocidade;

7. Mesa de registo.

Considerações Finais

As provas decorreram dentro da normalidade e proporcionaram mais um bom convívio e experiência por parte dos alunos. A actividade teve uma aderência positiva por parte dos alunos, os quais demonstraram um empenho assinalável. De registar e lamentar é o pequeno incidente passado antes do inicio das provas e quando os alunos esperavam ainda autorização para equiparem, que envolveu dois alunos e que resultou numa abertura do sobrolho de um dos alunos por ter sido atingido com a ponta de um guarda-chuva tendo sido encaminhado para o Hospital a fim de ser suturado.

A organização dada à prova revelou-se eficaz e eficiente e permitiu que a prova decorre-se sem interrupções e incidentes.

"Mega Sprint e Mega Salto Distrital"

A fase Distrital do torneio Mega Sprint e Mega Salto realizou-se no dia 15 de Abril de 2010.

Na fase de escola foram apurados os alunos com melhores desempenhos nos diversos escalões. Estes alunos representaram a Escola no torneio distrital.

O total de alunos a participar rondou os 20 atletas distribuídos pelas provas de de Mega Sprint; Mega Kilometro e Mega Salto.

Todos os Professores e Professores estagiários de Educação Física estiveram presentes e auxiliaram na organização e controlo dos alunos.

O ponto de encontro dos alunos foi na Escola EB 2 e 3 do Teixoso pelas 9h30, sendo que a prova iniciou no complexo desportivo da Covilhã pelas 10h. Inicialmente apenas os professores Armando Riscado, Fernanda Delgado e Carmelinda Vieira acompanharam os alunos sendo que os restantes apenas se juntaram ao grupo pelas 12h ficando encarregues de providenciar os almoços para os alunos e professores.

Quanto à organização, optamos por reunir o grupo na bancada e apenas se dirigiam para os locais da prova os alunos que competiriam de seguida, ficando apenas dois professores perto dos locais da prova. Esta estratégia permitiu controlar os alunos e mantê-los juntos e abrigados da chuva.

As provas de Mega Sprint e Mega Salto realizaram-se em simultâneo, ambos por escalões e por género. No caso do Mega Salto a prova feminina e masculina realizaram-se ao mesmo tempo em caixas de areia distintas.

Mega Salto: Realizavam dois saltos cada participante apurando-se os 8 melhores para a final.

Mega Sprint: Devido às condições climatéricas a organização decidiu permitir a repetição da prova aos atletas que escorregassem, passando esses atletas a competir noutra série. Esta opção levou a que as provas atrasassem um pouco.

Mega Kilometro: A organização optou por chamar os atletas para fazer a chamada e proceder a um pequeno aquecimento junto do local da prova, no entanto em alguns casos o tempo passado à chuva, principalmente em atletas mais novos, foi excessivo pelo que me pareceu uma opção errada. A chamada deveria ter sido realizada num local abrigado do mau tempo e só quando a prova tivesse perto de ser realizada os alunos seriam encaminhados para o local da prova para realizarem o aquecimento e a prova.

Considerações Finais

No geral a prova decorreu dentro da normalidade e proporcionou um bom ambiente e uma competição saudável. De lamentar o mau tempo que se registou que obrigou a que os alunos tivessem mais estáticos e condicionasse portanto o convívio com alunos de outras escolas.

"Torneio Nestum Rugby Escolar"

Esta actividade realizou-se no dia 19 de Fevereiro de 2010, teve inicio às 14h45 (15 minutos depois do que estaria definido).

Optamos por realizar os jogos no interior do pavilhão e realizar um jogo de cada vez para os alunos poderem jogar num campo com as dimensões apropriadas.

O torneio foi de equipas mistas, sendo um torneio de Tag Rugby em que as equipas teriam obrigatoriamente que ser constituídas por 3 raparigas e 4 rapazes no sentido de proporcionar a pratica a ambos os géneros e promovendo a prática por todos.

No inicio do torneio, e com os alunos sentados na bancada foram transmitidas as principais regras do jogo e o funcionamento do torneio.

Os jogos foram de 7 minutos cada parte podendo ser realizadas substituições apenas no intervalo.

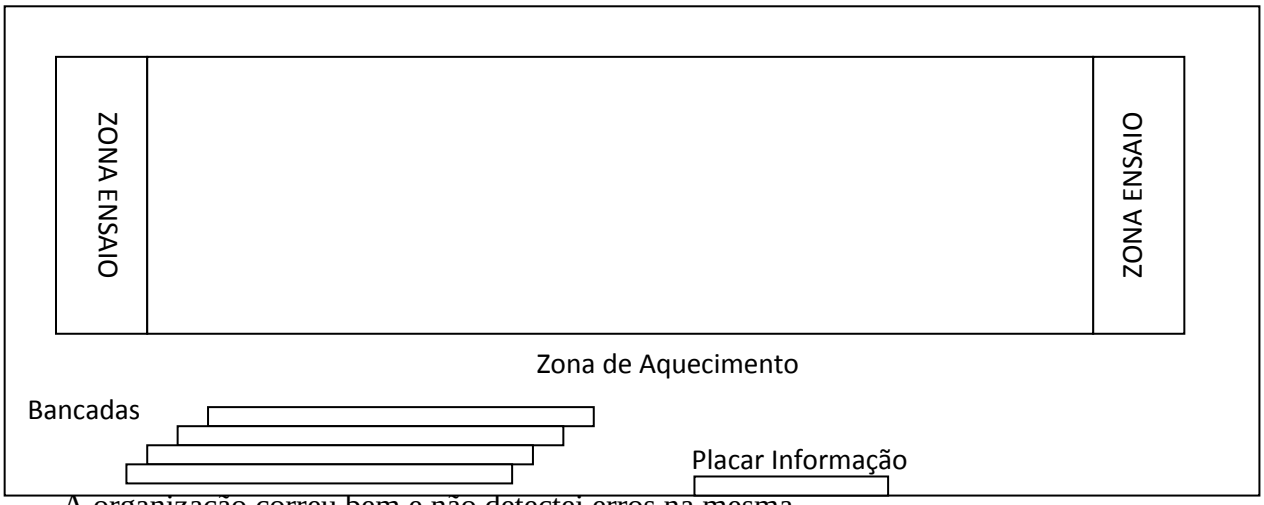
Para que todos tivessem acesso ao programa de jogos, foi definida uma tabela no quadro onde todos tinham acesso ao horário dos jogos e aos resultados dos jogos efectuados.

O campo seria todo o campo de Futsal, sendo que as zonas de ensaio estavam dentro das linhas do campo para que os alunos depois de marcado o ensaio tivessem ainda tempo para parar antes de embaterem na parede, o espaço definido conseguiu cumprir esse espaço com larga margem de manobra.

Entre o campo e as bancadas existia um espaço que inicialmente serviu para os alunos irem realizando um pequeno aquecimento com bola. Devido à bola estar constantemente a entrar no campo e depois de várias repreensões foi negada essa possibilidade, realizando os alunos o aquecimento já dentro de campo imediatamente antes do seu jogo.

De realçar ainda a importante experiência dada aos alunos pela possibilidade de arbitrarem os jogos em conjunto com um professor, esta possibilidade permite-lhes terem uma experiência de arbitragem, frequentemente alvo de discórdia e de desconfiança. Esta experiência poderá levar os alunos a perceberem a dificuldade de ajuizarem algumas situações e perceber alguns erros dos árbitros noutras modalidades.

O esquema do espaço do torneia pode ser representado da seguinte forma:



A organização correu bem e não detectei erros na mesma.

No final do torneio houve ainda tempo para entregar prémios aos participantes, fomentando a futura participação destes neste tipo de actividades.

Considerações Finais

A actividade desenrolou-se conforme planeado, permitiu um bom convívio e mais um incentivo à prática desportiva.

Esta actividade permitiu ainda divulgar a modalidade de Râguebi sob uma forma um pouco diferente e que permite aos alunos experienciarem algumas das sensações do Râguebi num contexto seguro.